



1920

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Филиал в г. Новороссийске

Кафедра педагогического и филологического образования

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по работе с филиалами
ФГБОУ ВО «Кубанский
государственный университет»

А.А. Евдокимов

«29» августа 2016 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.10.02 ВАЛЕОЛОГИЯ ДОШКОЛЬНИКА

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль): Начальное образование Дошкольное образование

Программа подготовки _академическая

Форма обучения заочная

Квалификация (степень) выпускника бакалавр

Краснодар 2016

Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.10.02 Валеология дошкольника составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 91 от 09 февраля 2016 года.

Программу составил(и):

О. В. Ивасева, доцент, канд. пед. наук _____
И.О. Фамилия, должность, ученая степень, ученое звание



_____ подпись _____

П. В. Чертков, доцент, канд. геогр. наук _____
И.О. Фамилия, должность, ученая степень, ученое звание



_____ подпись _____

Рабочая программа дисциплины __ «Валеология дошкольника» утверждена на заседании кафедры педагогического и филологического образования протокол № _1_ от _29_ «августа» 2016г.

Заведующий кафедрой (разработчика) Вахонина О. В. _____
фамилия, инициалы



_____ подпись _____

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры педагогического и филологического образования протокол № _1_ от _29_ «августа» 2016г.

Заведующий кафедрой (выпускающей) _____ Вахонина О. В. _____
фамилия, инициалы подпись



Рабочая программа одобрена на заседании учебно-методической комиссии филиала УГСН 44.00.00 Образование и педагогические науки «_29_» августа _____ 2016г. протокол № _1_

Председатель УМК



А.И. Данилова

Рецензенты:

Писаревская М.А.

Канд. пед. наук, зам. дир. НФ МГЭУ
по воспитательной работе и связям с общественностью

Кособянц О.Я.

Главный специалист МКУ «Центр
развития образования» г. Новороссийска

Содержание рабочей программы дисциплины

- 1 Цели и задачи изучения дисциплины
 - 1.1 Цель дисциплины
 - 1.2 Задачи дисциплины
 - 1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы
 - 1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программ
- 2 Структура и содержание дисциплины
 - 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ
 - 2.2 Структура дисциплины
 - 2.3 Содержание разделов дисциплины
 - 2.3.1 Занятия лекционного типа
 - 2.3.2 Занятия семинарского типа
 - 2.3.3 Лабораторные занятия
 - 2.3.4 Примерная тематика курсовых работ (проектов)
 - 2.4 Перечень учебно–методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине
- 3 Образовательные технологии
- 4 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
 - 4.1 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля
 - 4.2 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации
- 5 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины
 - 5.1 Основная литература
 - 5.2 Дополнительная литература
 - 5.3 Периодические издания
- 6 Перечень ресурсов информационно–телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины
- 7 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины
- 8 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине
 - 8.1 Перечень информационных технологий
 - 8.2 Перечень необходимого программного обеспечения
 - 8.3 Перечень информационных справочных систем
- 9 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

1. Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель дисциплины

Основопологающей целью данной дисциплины является формирование научных знаний и овладение системой валеологических приемов и технологий формирования здорового образа жизни для сохранения жизненного и профессионального долголетия человека в соответствии с государственной политикой в сфере охраны здоровья населения Российской Федерации.

Данный курс раскрывает необходимость использования знаний для сохранения здоровья человека, как одного из важнейших факторов его личного и профессионального благополучия, формирует мотивацию на здоровый образ жизни, стимулирует положительное психолого-эмоциональное здоровье человека и общества в целом; формирование валеологического мышления, с целью поддержания здорового образа жизни и пропагандирования его, сохранение и укрепление своего здоровья, бережного отношения к здоровью других людей.

Целями освоения дисциплины «Валеология дошкольника» являются получение знаний и формирование компетенций у студента по основным положениям валеологии, систематизация широкого спектра знаний о здоровье человека.

Цели дисциплины – сформировать у обучающихся педагогического направления представление о комплексной системе познавательно-оздоровительной работы с детьми, направленной на осознанное отношение сохранения и укрепления собственного здоровья; комплекс знаний о сущности физической культуры, ее значении для личности и общества, физкультурно-гигиенического характера; повышение физкультурной грамотности студентов, позволяющей внедрять физическую культуру и спорт в образовательный процесс и быт учащихся.

1.2 Задачи дисциплины

В процессе изучения дисциплины решаются следующие задачи:

- формирование у студентов активного стремления к сохранению своего здоровья путем освоения понятий и принципов валеологии;
- формирования у студентов мотивации отказа от вредных пристрастий;
- обучение современным методам оценки соматического, психического, психологического здоровья, организации здорового образа жизни детей дошкольного возраста;
- формирование умений разрабатывать и успешно применять на практике валеологические технологии, способствующие выявлению, использованию и активации резервов организма дошкольников;
- развитие способности рефлексировать свой уровень овладения системой валеологических методов и технологий с позиций формирования и сохранения здоровья.

1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Валеология дошкольника» относится к дисциплинам по выбору.

Для освоения дисциплины студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин: «Возрастная анатомия, физиология и

гигиена», «Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Теоретическая и практическая педагогика», а также: педагогики, психологии, философии, БЖД и др. Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин по выбору, связанных с углубленным изучением проблем физического воспитания дошкольников и младших школьников, прохождения учебной и производственной практики.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программ

Бакалавр по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование по результатам изучения учебной дисциплины «Валеология дошкольника» должен обладать следующими компетенциями: ОК-8; ОК-9; ОПК-6; ПК-7.

Таблица 1 – Индекс, содержание компетенций и уровни усвоения

Код компетенции	Содержание компетенции	В результате освоения дисциплины бакалавр должен:		
		знать	уметь	владеть
ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, обеспечивающих полноценную деятельность	использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.	средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности
ОК-9	способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	теоретические основы безопасности жизнедеятельности и в системах «среда – человек – машина»; «среда обитания – человек», правовые, нормативно – технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности и, последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и опасных факторов чрезвычайных ситуаций, средства и методы	проводить контроль параметров среды обитания (рабочей среды) и уровня негативных воздействий среды обитания на человека, эффективно применять средства защиты человека от негативных воздействий, проводить расчет обеспечения условий безопасной жизнедеятельности.	навыками проведения контроля параметров среды обитания (рабочей среды) и уровня негативных воздействий среды обитания на человека, расчета параметров рабочей зоны помещений, защиты от негативных факторов

		повышения безопасности и экологичности технических средств и технологических процессов.		
ОПК-6	готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	- основы гигиены и медицины; - способы оказания первой медицинской помощи; - основы безопасности жизнедеятельности ; - основы обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся на занятиях.	- оказывать первую доврачебную помощь; - безопасно использовать вспомогательные и технические средства обучения и оборудование; - подбирать методы и формы обучения с учетом материально-технических средств; - разрабатывать локальные нормативные акты по обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся.	- навыками проведения учебно-воспитательного процесса с учетом безопасности, охраны жизни и здоровья обучающихся.
ПК-7	способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности	- возрастные особенности развития личности; - факторы, влияющие на формирование личности; - современные технологии обучения и воспитания; - современные способы развития и реализации творческих способностей различных категорий обучающихся.	- подбирать эффективные методы и средства обучения и воспитания через предметную деятельность; - осуществлять обучение и воспитание в рамках интегрированного и инклюзивного образования; - планировать и осуществлять индивидуальную работу с обучающимися; - использовать средства и методы обучения и воспитания, исходя из индивидуальных особенностей обучающихся;	- навыками определения целей и задач реализации образовательной программы; - навыками планирования реализации образовательной программы; - навыками педагогического взаимодействия при реализации индивидуального обучения; - навыками реализации индивидуального обучения для различных возрастно-половых и социально-демографических групп обучающихся.

2 Структура и содержание дисциплины

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины для заочной формы обучения составляет 4 зачетных единицы (72 часа, из них – 8,4 часов контактной работы, 59,8 часа самостоятельной работы, 4 – КСР), их распределение по видам работ представлено в таблице 2.

Таблица 2 - Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры (часы)			
			3	—		
Контактная работа, в том числе:		8,4	8,4			
Аудиторные занятия (всего):		8	9			
Занятия лекционного типа		4	4	-	-	-
Лабораторные занятия		-	-	-	-	-
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		4	4	-	-	-
		-	-	-	-	-
Иная контактная работа:						
Контроль самостоятельной работы (КСР) (КоР)		0,3	0,3			
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,3	0,3			
Самостоятельная работа, в том числе:		59,8	59,8			
Курсовая работа		-	-	-	-	-
Проработка учебного (теоретического) материала Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций, рефератов) Подготовка к текущему контролю		59,8	59,8	-	-	-
Контроль:		3,8	3,8			
Общая трудоемкость	час.	72	72	-	-	-
	в том числе контактная работа	8,4	8,4			
	зач. ед	2	2			

2.2 Структура дисциплины

Таблица 3 - Структура дисциплины «Валеология дошкольника»

№ темы	Наименование раздела	Количество часов							
		Всего	Контактная работа						СРС
			Л	ПЗ	ЛР	КСР	КоР	ИКР	
1.	Валеология как интегративное научное направление и как учебная дисциплина.	7,8	1			0,8			6

	Предмет и основные понятия валеологии. Здоровье в системе общечеловеческих ценностей, факторы его определяющие								
2.	Понятие об уровне здоровья и функциональных возможностях организма. Факторы обеспечивающие здоровье.	8	1	1					6
3.	Разрушители здоровья. Болезни цивилизации	7				1			6
4.	Здоровый образ жизни и его составляющие.	8		1		1			6
5.	Теоретические и концептуальные основы оздоровления и формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста.	9	1						8
6.	Технология валеологического воспитания детей дошкольного возраста Оптимизация двигательной активности. Средства, формы организации физического воспитания дошкольников. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании	19,8	1	1		1			17,8
7.	Система познавательно-оздоровительной работы с детьми, направленной на осознанное отношение сохранения и укрепления собственного здоровья, формирование культуры здоровья дошкольника.	12		1		1			10
	Контроль						0,3	0,3	
	<i>Всего:</i>	72	4	4		3,8	0,3	0,3	59,8
	<i>Итого</i>	72	4	4		3,8	0,3	0,3	59,8

2.3 Содержание разделов дисциплины

1. Валеология как интегративное научное направление и как учебная дисциплина
Предмет и основные понятия валеологии. Здоровье в системе общечеловеческих ценностей, факторы его определяющие
2. Понятие об уровне здоровья и функциональных возможностях организма. Факторы обеспечивающие здоровье.
3. Разрушители здоровья. Болезни цивилизации.
4. Здоровый образ жизни и его составляющие.
5. Дошкольная валеология. Теоретические и концептуальные основы оздоровления и формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста.
6. Технология валеологического воспитания детей дошкольного возраста
7. Система познавательно-оздоровительной работы с детьми, направленной на осознанное отношение сохранения и укрепления собственного здоровья, формирование культуры здоровья дошкольника.

Основные понятия курса: «здоровье», «индивидуальное здоровье», «уровень здоровья», «культура здоровья», «здоровый образ жизни». «валеологическое образование», «валеологическое обучение», «валеологическое воспитание», «валеологические знания», «валеологическая культура», здоровьесберегающие образовательные технологии, валеологическая компетентность, медицинская валеология, педагогическая валеология, возрастная валеология, профессиональная валеология, семейная валеология, экологическая валеология, социальная валеология,

1. Валеология как интегративное научное направление и как учебная дисциплина. Предмет и основные понятия валеологии. Здоровье в системе общечеловеческих ценностей, факторы его определяющие

Понятие о валеологии: предмет, объект, метод. Цель и задачи валеологии. Место валеологии в общей парадигме наук о человеке: биологии, медицине, педагогике, психологии, физкультуре, экологии и пр. Основные понятия валеологии Классификация: общая, медицинская, педагогическая, возрастная, дифференциальная, профессиональная, специальная, семейная, экологическая социальная валеология. диагностическая и практическая валеология. Валеология как учебная дисциплина. Теоретические основы содержания валеологического образования. Педагогический аспект. Психологический аспект. Социологический аспект. Медицинский аспект. Культурологический аспект. Программа валеологического образования. Предпосылки возникновения валеологии. История становления валеологии. История и перспективы развития валеологии в России. И.И.Брехман как один из основоположников в разработке учения о здоровье; объекты и результаты его исследований. Реализация трех кардинальных направлений валеологии: разработка теоретических основ валеологии, научное обоснование методов валеопрактики, развитие валеологического образования как системы. Экология и здоровье нации. Снижение функциональных резервов организма, нарушение механизмов саморегуляции, адаптации, воспроизводства и т.д. Анализ здоровья населения России.

2. Понятие об уровне здоровья и функциональных возможностях организма. Факторы обеспечивающие здоровье.

Валеологический анализ здоровья и здорового образа жизни Факторы и проблемы, определяющие здоровье и здоровый образ жизни, влияние окружающей среды, генотип и медицинское обеспечение населения. Условия и образ жизни.

Образ жизни семьи и здоровье детей раннего возраста. Заболевания, связанные с генетическими факторами. Заболевания, опосредованные воздействием внешних факторов. Заболевания, связанные с наследственной предрасположенностью. Классификация факторов окружающей среды. Искусственное преобразование природы и вредные последствия. Нарушения обмена веществ, аллергии и другие патологии. Ритм природных явлений. Появление новых условий среды. Условия и образ жизни. Взаимосвязь критериев оценки здоровья населения и качества среды обитания. Районы экологического неблагополучия. Государственные программы по мониторингу здоровья населения.

3. Разрушители здоровья. Болезни цивилизации.

Тенденции здоровья населения России. Биологическое и социальное в природе человека. Снижение двигательной активности и возрастание нагрузки на мозг современного человека. Отрицательное влияние технологии питания и синтеза пищи на здоровье человека. Блага цивилизации - положительные и отрицательные моменты. Взаимоотношение современного человека с природой. Валеологический анализ здоровья и болезни. Понятие здоровья. Возрастной аспект здоровья. Болезнь. Болезнь и факторы риска.

4. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ). Здоровый образ жизни и его составляющие. Личная гигиена и профилактика инфекционных заболеваний. Закаливание и здоровье. Рациональное питание и нетрадиционные системы питания. Оптимальный двигательный режим и др. Влияние образа жизни на долголетие. Уклад, качество, уровень, условия, стиль жизни. Формирование культуры здоровья. Оценка состояния здоровья. Медицинская активность. Основные понятия восстановительной медицины. Диагностические и оздоровительные технологии восстановительной медицины. Режим труда и отдыха. Биоритмы. Основные понятия гигиены. Гигиена дыхания. Дыхательная мускулатура. Техники дыхания. Управление дыханием. Физическая культура. Мышечная деятельность. Типы физической нагрузки. Гимнастики. Интенсивность нагрузки. Базовые принципы врачебного контроля и самоконтроля.

5. Дошкольная валеология. Теоретические и концептуальные основы оздоровления и формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста.

Понятие, сущность. Цели и задачи. Функции дошкольной валеологии. Предмет, методы исследования. Характеристика образовательной среды как фактора оздоровления. Создание системы валеологического образования дошкольников. Оздоровление детей в дошкольных образовательных учреждениях как инновационная педагогическая деятельность

6. Технология валеологического воспитания детей дошкольного возраста

Здоровьесберегающие образовательные технологии. Понятие, сущность. Классификация. Характеристика. Создание здоровьесберегающей образовательной среды ДОО. Формы организации педагогического процесса по воспитанию навыков здорового образа жизни у детей. Использование здоровьесберегающих технологий в воспитании у дошкольников основ здорового образа жизни. Медико-педагогическая оздоровительная работа. Организация здоровьесберегающего пространства. Формирование психологического здоровья дошкольников. Взаимодействие педагогического состава в здоровьесбережении детей.

7. Система познавательно-оздоровительной работы с детьми, направленной на осознанное отношение сохранения и укрепления собственного здоровья, формирование культуры здоровья дошкольника.

Формирование потребности быть здоровым у детей раннего и дошкольного возраста. Валеологическое воспитание и обучение дошкольников (цели, задачи, основные принципы формирования здоровья дошкольников, направления, интеграция областей). Оптимизация двигательной активности. Средства, формы организации физического воспитания дошкольников. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании. Объем валеологических умений детей. Специально-организованное обучение. Формы валеологического воспитания и обучения дошкольников. Диагностика усвоения программных задач валеологического образования. Изучение сформированности валеологической компетентности детей от 3 до 7 лет. 24. Формирование валеологической культуры родителей. Задачи, цель и содержание валеологического образования родителей. Средства и методы валеологической работы воспитателя с родителями. Мотивация родителей на здоровый образ жизни. Сотрудничество детского сада и семьи в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни. Формы взаимодействия с родителями. Валеологическое просвещение родителей

2.3.1 Занятия лекционного типа

№	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
1.	Валеология как интегративное научное направление и как учебная дисциплина. Предмет и основные понятия валеологии.	Здоровье в системе общечеловеческих ценностей, факторы его определяющие Понятие о валеологии: предмет, объект, метод. Цель и задачи валеологии. Место валеологии в общей парадигме наук о человеке: биологии, медицине, педагогике, психологии, физкультуре, экологии и пр. Основные понятия валеологии Классификация: общая, медицинская, педагогическая, возрастная, дифференциальная, профессиональная, специальная, семейная, экологическая социальная валеология. диагностическая и практическая валеология. Валеология как учебная дисциплина. Теоретические основы содержания валеологического	Конспектирование теоретического материала по теме, собеседование Терминологический словарь

		образования. Педагогический аспект. Психологический аспект. Социологический аспект. Медицинский аспект. Культурологический аспект. Программа валеологического образования. Предпосылки возникновения валеологии. История становления валеологии. История и перспективы развития валеологии в России. И.И.Брехман как один из основоположников в разработке учения о здоровье; объекты и результаты его исследований. Реализация трех кардинальных направлений валеологии: разработка теоретических основ валеологии, научное обоснование методов валеопрактики, развитие валеологического образования как системы. Экология и здоровье нации. Снижение функциональных резервов организма, нарушение механизмов саморегуляции, адаптации, воспроизводства и т.д. Анализ здоровья населения России.	
	Понятие об уровне здоровья и функциональных возможностях организма. Факторы обеспечивающие здоровье.	Валеологический анализ здоровья и здорового образа жизни Факторы и проблемы, определяющие здоровье и здоровый образ жизни, влияние окружающей среды, генотип и медицинское обеспечение населения. Условия и образ жизни. Образ жизни семьи и здоровье детей раннего возраста. Заболевания, связанные с генетическими факторами. Заболевания, опосредованные воздействием внешних факторов. Заболевания, связанные с наследственной предрасположенностью Классификация факторов окружающей среды. Искусственное преобразование природы и вредные последствия. Нарушения обмена веществ, аллергии и другие патологии. Ритм природных явлений. Появление новых условий среды. Условия и образ жизни. Взаимосвязь критериев оценки здоровья населения и качества среды обитания. Районы экологического неблагополучия. Государственные программы по мониторингу здоровья населения.	Конспектирование теоретического материала по теме, собеседование Терминологический словарь
	Дошкольная валеология. Теоретические и концептуальные основы оздоровления и формирования здорового образа	Понятие, сущность. Цели и задачи. Функции дошкольной валеологии. Предмет, методы исследования. Характеристика образовательной среды как фактора оздоровления. Создание системы валеологического образования дошкольников. Оздоровление детей в дошкольных образовательных учреждениях	Конспектирование теоретического материала по теме, собеседование Терминологический словарь

	жизни детей дошкольного возраста.	как инновационная педагогическая деятельность	
	Технология валеологического воспитания детей дошкольного возраста	Здоровьесберегающие образовательные технологии. Понятие, сущность. Классификация. Характеристика. Создание здоровьесберегающей образовательной среды ДОО. Формы организации педагогического процесса по воспитанию навыков здорового образа жизни у детей. Использование здоровьесберегающих технологий в воспитании у дошкольников основ здорового образа жизни. Медико-педагогическая оздоровительная работа. Организация здоровьесберегающего пространства. Формирование психологического здоровья дошкольников. Взаимодействие педагогического состава в здоровьесбережении детей.	Конспектирование теоретического материала по теме, собеседование Терминологический словарь

2.3.2 Занятия семинарского типа

№	Наименование раздела	Тематика практических занятий (семинаров)	Форма текущего контроля
1	2	3	4
1.	Понятие об уровне здоровья и функциональных возможностях организма. Факторы обеспечивающие здоровье.	Валеологический анализ здоровья и здорового образа жизни Факторы и проблемы, определяющие здоровье и здоровый образ жизни, влияние окружающей среды, генотип и медицинское обеспечение населения. Условия и образ жизни. Образ жизни семьи и здоровье детей раннего возраста. Заболевания, связанные с генетическими факторами. Заболевания, опосредованные воздействием внешних факторов. Заболевания, связанные с наследственной предрасположенностью. Классификация факторов окружающей среды. Искусственное преобразование природы и вредные последствия. Нарушения обмена веществ, аллергии и другие патологии. Ритм природных явлений. Появление новых условий среды. Условия и образ жизни. Взаимосвязь критериев оценки здоровья населения и качества среды обитания. Районы экологического неблагополучия. Государственные программы по мониторингу здоровья населения.	Конспектирование теоретического материала по теме, собеседование Терминологический словарь
2.	Здоровый образ жизни и его составляющие.	Здоровый образ жизни (ЗОЖ). Здоровый образ жизни и его составляющие. Личная гигиена и профилактика инфекционных	Конспектирование теоретического материала по теме,

		заболеваний. Закаливание и здоровье. Рациональное питание и нетрадиционные системы питания. Оптимальный двигательный режим и др. Влияние образа жизни на долголетие. Уклад, качество, уровень, условия, стиль жизни. Формирование культуры здоровья Оценка состояния здоровья. Медицинская активность. Основные понятия восстановительной медицины. Диагностические и оздоровительные технологии восстановительной медицины. Режим труда и отдыха. Биоритмы. Основные понятия гигиены. Гигиена дыхания. Дыхательная мускулатура. Техники дыхания. Управление дыханием. Физическая культура. Мышечная деятельность. Типы физической нагрузки. Гимнастики. Интенсивность нагрузки. Базовые принципы врачебного контроля и самоконтроля.	собеседование Терминологический словарь
3.	Система познавательно-оздоровительной работы с детьми, направленной на осознанное отношение сохранения и укрепления собственного здоровья, формирование культуры здоровья дошкольника.	Формирование потребности быть здоровым у детей раннего и дошкольного возраста. Валеологическое воспитание и обучение дошкольников (цели, задачи, основные принципы формирования здоровья дошкольников, направления, интеграция областей). Оптимизация двигательной активности. Средства, формы организации физического воспитания дошкольников. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании. Объем валеологических умений детей. Специально-организованное обучение. Формы валеологического воспитания и обучения дошкольников. Диагностика усвоения программных задач валеологического образования. Изучение сформированности валеологической компетентности детей от 3 до 7 лет. 24. Формирование валеологической культуры родителей. Задачи, цель и содержание валеологического образования родителей. Средства и методы валеологической работы воспитателя с родителями. Мотивация родителей на здоровый образ жизни. Сотрудничество детского сада и семьи в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни. Формы взаимодействия с родителями. Валеологическое просвещение родителей	Конспектирование теоретического материала по теме, собеседование Терминологический словарь

2.3.3 Лабораторные занятия учебным планом не предусмотрены.

2.3.4 Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы не предусмотрены.

2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в таблице.

Таблица – Методическое обеспечение самостоятельной работы

№	Вид СРС	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	2	3
1	Терминологический словарь; работа с учебной и методической литературой; тезисы и конспекты;	«Положение о самостоятельной работе студентов»- Утвержденное 03.03.2016г. № 272 ФГБОУ ВО «КубГУ». 1. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч [Электронный ресурс] : учебное пособие для академического бакалавриата. Ч. 2 / Д. С. Алхасов. - Москва : Юрайт, 2018. - 441 с. - https://biblio-online.ru/book/B710FE0C-F98A-4335-9E04-36853F3A955E/metodika-obucheniya-fizicheskoy-kulture-v-nachalnoy-shkole-v-2-ch-chast-2 . 2. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч [Электронный ресурс] : учебное пособие для академического бакалавриата. Ч. 1 / Д. С. Алхасов. - Москва : Юрайт, 2018. - 254 с. - https://biblio-online.ru/book/D2E3E9A5-E683-4609-9653-602ABA119B96/metodika-obucheniya-fizicheskoy-kulture-v-nachalnoy-shkole-v-2-ch-chast-1. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании[Электронный ресурс]: : учебное пособие для академического бакалавриата / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 241 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-04514-7. — URL : https://biblio-online.ru/viewer/F4CB7941-0C93-4C82-842E-1ABAD2E533C9/zdorovesberegayuschie-tehnologii-v-obrazovanii#page/1 Бочарова, Н. И. Педагогика досуга. Организация досуга детей в семье : учебное пособие для академического бакалавриата / Н. И. Бочарова, О. Г. Тихонова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 218 с. — (Серия :

		Университеты России). — ISBN 978-5-534-05478-1. — URL : https://biblio-online.ru/viewer/4E6A1AB1-F32A-4C11-92FA-3FEE9749A304/pedagogika-dosuga-organizaciya-dosuga-detey-v-seme#page/1
2	Изучение теоретического материала по теме занятия. Работа с учебной литературой. подготовка сообщения, реферата, сообщения—презентации	«Положение о самостоятельной работе студентов»- Утвержденное 03.03.2016г. № 272 ФГБОУ ВО «КубГУ». 3. Петряков, Петр Анатольевич. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : учебное пособие для академического бакалавриата / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2017. - 191 с., табл. : ил. - (Университеты России). - Библиогр. в конце глав. - ISBN 978-5-534-03431-8 : 521 р. 38 к. 3; то же Петряков, Петр Анатольевич. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Электронный ресурс] : учебное пособие для академического бакалавриата / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 191 с. - https://biblio-online.ru/book/30FA13FC-926A-40C2-8E2D-653BDF7D7352. 4. Семенова, Татьяна Анатольевна. Оздоровительные технологии физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста в образовательных организациях [Электронный ресурс] : учебник для студентов вузов / Т. А. Семенова. - Москва : ИНФРА-М, 2018. - 448 с. - http://znanium.com/bookread2.php?book=950833. 5. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие для академического бакалавриата / Г. А. Ямалетдинова ; под науч. ред. И. В. Ермаков. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 244 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-05600-6. — URL : https://biblio-online.ru/viewer/7962A2E2-E6D4-498D-9F02-7AF53290A4BC/pedagogika-fizicheskoy-kultury-i-sporta#page/1 Бочарова, Н. И. Педагогика досуга. Организация досуга детей в семье : учебное пособие для академического бакалавриата / Н. И. Бочарова, О. Г. Тихонова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 218 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-05478-1. — URL : https://biblio-online.ru/viewer/4E6A1AB1-F32A-4C11-92FA-3FEE9749A304/pedagogika-dosuga-organizaciya-dosuga-detey-v-seme#page/1 Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков[Электронный ресурс] : учебное пособие для прикладного бакалавриата / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — М.

		: Издательство Юрайт, 2016. — 160 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-9916-9181-9. — URL : https://biblio-online.ru/viewer/6D5E2776-F971-4553-8A06-683F7D2777C5/organizaciya-letnego-otdyha-detey-i-podrostkov#page/1
3	Изучение теоретического материала по теме занятия. Работа с учебной литературой.	«Положение о самостоятельной работе студентов»- Утвержденное 03.03.2016г. № 272 ФГБОУ ВО «КубГУ». 4. Семенова, Татьяна Анатольевна. Оздоровительные технологии физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста в образовательных организациях [Электронный ресурс] : учебник для студентов вузов / Т. А. Семенова. - Москва : ИНФРА-М, 2018. - 448 с. - http://znanium.com/bookread2.php?book=950833. 5. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие для академического бакалавриата / Г. А. Ямалетдинова ; под науч. ред. И. В. Ермаков. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 244 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-05600-6. — URL : https://biblio-online.ru/viewer/7962A2E2-E6D4-498D-9F02-7AF53290A4BC/pedagogika-fizicheskoy-kultury-i-sporta#page/1 Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков [Электронный ресурс] : учебное пособие для прикладного бакалавриата / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 160 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-9916-9181-9. — URL : https://biblio-online.ru/viewer/6D5E2776-F971-4553-8A06-683F7D2777C5/organizaciya-letnego-otdyha-detey-i-podrostkov#page/1 Каменец, А. В. Основы культурно-досуговой деятельности [Электронный ресурс]: учебник для академического бакалавриата / А. В. Каменец, И. А. Урмина, Г. В. Заярская ; под науч. ред. А. В. Каменца. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 185 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-06403-2. — URL : https://biblio-online.ru/viewer/B19B1692-CC74-4024-8ED2-0F7C4EF41DB7/osnovy-kulturno-dosugovoy-deyatelnosti#page/1
4	Терминологический словарь, тезисы и конспекты основной и дополнительной литературы.	«Положение о самостоятельной работе студентов»- Утвержденное 03.03.2016г. № 272 ФГБОУ ВО «КубГУ». 5. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие для академического бакалавриата / Г. А.

		Ямалетдинова ; под науч. ред. И. В. Еркомайшвили. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 244 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-05600-6. — URL : https://biblio-online.ru/viewer/7962A2E2-E6D4-498D-9F02-7AF53290A4BC/pedagogika-fizicheskoy-kultury-i-sporta#page/1 Железняк Ю. Д. Методика обучения физической культуре. Учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования // Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Карякина. - Академия (Academia), 2014. – 256 с. Каменец, А. В. Основы культурно-досуговой деятельности [Электронный ресурс]: учебник для академического бакалавриата / А. В. Каменец, И. А. Урмина, Г. В. Заярская ; под науч. ред. А. В. Каменца. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 185 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-06403-2. — URL : https://biblio-online.ru/viewer/B19B1692-CC74-4024-8ED2-0F7C4EF41DB7/osnovy-kulturno-dosugovoy-deyatelnosti#page/1 Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие для академического бакалавриата / Г. А. Ямалетдинова ; под науч. ред. И. В. Еркомайшвили. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 244 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-05600-6. — URL : https://biblio-online.ru/viewer/7962A2E2-E6D4-498D-9F02-7AF53290A4BC/pedagogika-fizicheskoy-kultury-i-sporta#page/1
5	Работа с учебно-методической литературой. Индивидуальные задания: подготовка и представление проекта. подготовка к зачету.	«Положение о самостоятельной работе студентов»- Утвержденное 03.03.2016г. № 272 ФГБОУ ВО «КубГУ». 1. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч [Электронный ресурс] : учебное пособие для академического бакалавриата. Ч. 2 / Д. С. Алхасов. - Москва : Юрайт, 2018. - 441 с. - https://biblio-online.ru/book/B710FE0C-F98A-4335-9E04-36853F3A955E/metodika-obucheniya-fizicheskoy-kulture-v-nachalnoy-shkole-v-2-ch-chast-2 . 2. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч [Электронный ресурс] : учебное пособие для академического бакалавриата. Ч. 1 / Д. С. Алхасов. - Москва : Юрайт, 2018. - 254 с. - https://biblio-online.ru/book/D2E3E9A5-E683-4609-9653-602ABA119B96/metodika-obucheniya-fizicheskoy-kulture-v-nachalnoy-shkole-v-2-ch-chast-1.

		3. Петряков, Петр Анатольевич. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : учебное пособие для академического бакалавриата / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2017. - 191 с., табл. : ил. - (Университеты России). - Библиогр. в конце глав. - ISBN 978-5-534-03431-8 : 521 р. 38 к. 3; то же Петряков, Петр Анатольевич. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Электронный ресурс] : учебное пособие для академического бакалавриата / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 191 с. - https://biblio-online.ru/book/30FA13FC-926A-40C2-8E2D-653BDF7D7352. Завьялова, Т. П. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у обучающихся [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 184 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04486-7. — URL : https://biblio-online.ru/viewer/BF530E35-92DC-48BF-BFDF-245288B3B804/profilaktika-narusheniy-oporno-dvigatelnogo-apparata-u-obuchayuschih-sya#page/1 Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. - М.: Академия, 2012. - 368 с. - (Высшее образование).
--	--	---

Формы внеаудиторной самостоятельной работы представлены в таблице.

Таблица 5 – Формы внеаудиторной самостоятельной работы

№ п/п	№ раздела (темы) дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов	Трудоёмкость в часах	Указание разделов и тем, отводимых на самостоятельное освоением обучающимися
1.	1,2	Терминологический словарь; работа с учебной и методической литературой; тезисы и конспекты; изучение теоретического материала по теме занятия. Работа с учебной литературой. подготовка сообщения, реферата. Сообщения–презентации	12	Понятие о системе физического воспитания РФ Методологические, естественнонаучные, психолого-педагогические основы физического воспитания Основные понятия теории и методики физического обучения и воспитания. Связь теории и методики физического воспитания с

				другими науками. Единство организма и окружающей среды. Методы исследования в теории физического воспитания.
2.	3,4, 5	Изучение теоретического материала по теме занятия. Работа с учебной литературой. Терминологический словарь, тезисы и конспекты основной и дополнительной литературы. домашнее индивидуальное задание: подготовка и представление проекта. Подготовка к коллоквиуму-семинару по предварительно предложенным вопросам	20	Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста Средства физического воспитания учащихся начальной школы Особенности методики физического воспитания детей младшего школьного возраста.
3.	6, 7	Изучение теоретического материала по теме занятия. Работа с учебной литературой. Терминологический словарь, тезисы и конспекты основной и дополнительной литературы. домашнее индивидуальное задание: подготовка и представление реферата.	27,8	Методика формирования двигательных навыков и воспитания физических качеств Формы организации физического воспитания в начальной школе Педагогический контроль и учет в физическом воспитании.
	Итого		59,8	

Согласно письму Министерства образования и науки РФ № МОН–25486 от 21.06.2017г «О разработке адаптированных образовательных программ» –Разработка адаптивной программы необходима в случае наличия в образовательной организации хотя бы одного обучающегося с ограниченными возможностями здоровья.

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 лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно–двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа, Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

3 Образовательные технологии по дисциплине «Валеология для школьника»

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки Педагогическое образование, реализация компетентного подхода должна предусматривать широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

Лекции представляют собой систематические обзоры основных аспектов дисциплины.

Практические занятия позволяют научить применять теоретические знания при решении и исследовании конкретных задач. Подход разбора конкретных ситуаций широко используется как преподавателем, так и студентами при проведении анализа результатов самостоятельной работы. Каждая конкретная задача при своем исследовании имеет множество подходов, а это требует разбора и оценки целой совокупности конкретных ситуаций.

При освоении дисциплины используются сочетания видов учебной работы с методами и формами активизации познавательной деятельности бакалавров для достижения запланированных результатов обучения и формирования компетенций.

Таблица 6 - Используемые интерактивные образовательные технологии

Семестр	Вид занятия (Л, ПЗ, ЛР)	Используемые интерактивные образовательные технологии
Пятый	Л	Мультимедийное сопровождение лекций
	ПЗ КСР	Сообщения-презентации по теме. Защита рефератов. Мини-конференция по темам

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья предусмотрена организация консультаций с использованием электронной почты.

4. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине

4.1 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля

Виды контроля

- **текущий** контроль осуществляется как на лекционных, так и на практических занятиях в форме: опросов, собеседований, дискуссий, письменных контрольных работ, тестирования, самоконтроля, выполнения творческих заданий, докладов, выступлений с презентациями, конспектирования; составления таблиц, опорных схем и др. форм.
- **рубежный** контроль осуществляется в виде контрольных работ, тестирования.
- **итоговый** контроль **экзамен** предполагает:
- установление уровня осознанного овладения студентами системой знаний в

области теоретической педагогики;

- определение уровня владения и применения исходных теоретических положений для анализа конкретных явлений педагогической действительности;
- выявление уровня овладения предметно-педагогическими компетентностями.

Текущий контроль успеваемости регулярно осуществляется на практических занятиях. Планы практических занятий по каждой теме, предоставляемые студентам в электронном виде, включают вопросы для обсуждения содержания соответствующего раздела; дополнительный нормативный материал; вопросы и задания для контролируемой самостоятельной работы; задачи, составленные на основе материалов судебных споров, требующие обоснования предложенного студентом решения. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины:

- текущий контроль самостоятельной работы путём проверки с последующей оценкой письменных работ по предусмотренным темам или заданиям;
- оценка студентов по результатам ответов на семинарских занятиях.
- оценка выполнения тестовых заданий по всем темам на семинарских занятиях.-зачет.

Для текущего контроля знаний, промежуточной аттестации используется дидактическое тестирование. Тест состоит из 50 заданий. На выполнение теста отводится 90 минут. Работа выполняется индивидуально, без использования дополнительных источников.

Критерии оценки результатов теста

Оценка «отлично» ставится при не менее 90% правильных ответов;

Оценка «хорошо» ставится, если правильных ответов не менее 75%.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если правильных не менее 60% ответов.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если правильных менее 60% ответов.

Самостоятельная работа студента предполагает написание реферата и подготовку презентации.

Примерная тематика контрольных работ по дисциплине «Валеология дошкольника» (с примерным планом)

1. Валеология как интегративное научное направление и как учебная дисциплина
Центральная проблема валеологии
Предмет, объект, цель, методы и основные задачи валеологии
Отличие валеологии от других наук, изучающих состояние здоровья человека (медицины, гигиены и др.)
2. История и перспективы развития валеологии в России
И.И.Брежман как один из основоположников в разработке учения о здоровье;
объекты и результаты его исследований. Реализация трех кардинальных

направлений валеологии: разработка теоретических основ валеологии, научное обоснование методов валеопрактики, развитие валеологического образования как системы.

3. Классификация валеологии

Предмет, методы, цели, задачи общей и частной валеологии.

Разделы общей валеологии: валеологическое образование и воспитание; валеологическая культура; валеологические основы оценки склонностей и способностей; образ жизни и конституция; биоритмы систем организма и организма в целом; валеология и окружающая среда; продолжительность жизни человека и ее регулирование; взаимодействие валеологии с другими науками.

Предмет, методы, цели и задачи медицинской, педагогической, возрастной, профессиональной, семейной, экологической, социальной валеологии.

4. Личное здоровье и его роль в жизни человека. Здоровье и образ жизни.

Валеологические подходы к проблеме индивидуального здоровья. Показатели индивидуального здоровья (по Р.И.Айзману). Валеологический анализ факторов здоровья. Внутренние и внешние факторы, определяющие здоровье. Генетические детерминанты здоровья. Типы конституции и здоровье.

Природные и техногенные факторы, влияющие на здоровье. Факторы внешней среды, их положительное и отрицательное влияние на организм человека в разные возрастные периоды.

5. Экологические факторы, влияющие на здоровье

Экология – понятие, значение

Основные экологические факторы:

а) техногенные;

б) климатические, космические;

в) факторы живой природы, в том числе антропогенные

Экология и здоровье

Охрана здоровья человека в современных условиях

6. Методы оценки количества и качества здоровья

Уровень физического развития, как показатель здоровья. Методики оценки индивидуального физического здоровья. Функциональные пробы для определения физического состояния. Показатели выносливости. Функциональные резервы как показатель здоровья.

Влияние гиподинамии на функции. Утомление. Нормы двигательной активности. Самоконтроль и саморегуляция. Объективные методы контроля физических нагрузок. Возрастные особенности использования физических нагрузок.

7. Валеологический анализ здоровья и здорового образа жизни

Факторы и проблемы, определяющие здоровье и здоровый образ жизни, влияние окружающей среды, генотип и медицинское обеспечение населения.

Условия и образ жизни. Тенденции здоровья населения России. Биологическое и социальное в природе человека. Снижение двигательной активности и возрастание нагрузки на мозг современного человека. Отрицательное влияние технологии питания и синтеза пищи на здоровье человека.

Блага цивилизации - положительные и отрицательные моменты.

Взаимоотношение современного человека с природой. Валеологический анализ здоровья и болезни. Понятие здоровья. Возрастной аспект здоровья. Болезнь.

8. Валеологический анализ режима деятельности и отдыха человека
Режим деятельности и отдыха человека. Биологические ритмы высокой, средней и низкой частоты. Суточные ритмы физиологических процессов. Работоспособность и повышение ее эффективности. Правила оптимизации умственной и физической деятельности человека. Организация отдыха. Организация трудовой деятельности. Меры профилактики утомления. Сон и его регуляция.
Хронобиология. Понятие и методы определения хронотипа.
9. Валеологический анализ функционирования систем органов
Резервы дыхательной системы. Саморегуляция дыхательной системы. Взаимодействие дыхательной системы с другими системами организма в норме, при нагрузках (физических, психических), в состоянии предболезни. Способы тренировки и оптимизации деятельности дыхательной системы. Факторы риска дыхательной системы.
Критерии нормы функционирования сердечно-сосудистой системы. Резервы структур сердечно-сосудистой системы. Взаимодействие сердечно-сосудистой системы с другими системами организма в покое и при нагрузках. Способы тренировки и оптимизации деятельности сердечно-сосудистой системы в соответствии с возрастом и видом деятельности человека. Факторы риска деятельности структур сердечно-сосудистой системы.
Резервы деятельности структур пищеварительной системы. Взаимодействие структур пищеварительной системы с другими системами организма. Современные системы питания. Основы здорового питания. Голодание и разгрузочные дни. Религиозные посты. Эстетика питания. Питание как биосоциальный фактор здоровья. Национальные особенности питания. Возрастные особенности питания. Рациональное питание. Адаптогены и их роль в питании.
10. Валеологический анализ функционирования желез внутренней секреции
Валеологический анализ функционирования желез внутренней секреции в разных условиях жизнедеятельности организма.
Иммунорегуляция. Врожденные иммунодефициты. Приобретенные иммунодефициты. Аутоиммунные реакции.
Система детоксикации организма. Эндогенные токсические вещества, механизмы их действия. Уровни детоксикации. Удаление токсических веществ из организма.
11. Валеологический анализ психического здоровья
Резервы нервной системы. Компенсаторные процессы в нервной системе. Роль эмоций во внимании. Регуляция эмоциональной сферы. Приемы запоминания.
Факторы, повреждающие психическое здоровье. Пути сохранения и приумножения психического здоровья. Оптимизация умственной деятельности.
Профилактические мероприятия по уменьшению влияния негативных факторов на организм человека
12. Понятие и виды адаптивных изменений организма
Стресс – общий адаптационный синдром. Диагностика стресса. Понятие о норме адаптивной реакции и пределах адаптивных возможностей организма. Виды адаптаций (срочная и долговременная, акклиматизация и акклимация). Кросс-адаптации. Современные представления о нарушениях процесса адаптации как причинах ряда заболеваний.

Проблемные аспекты процесса адаптации организма к ряду факторов: к температурным факторам, шуму, химическим веществам, лучистой энергии солнца, ионизирующей радиации, электромагнитным полям, к высокой плотности населения, к умственному труду, к нервно-психическим перегрузкам и др. факторам естественной и социальной среды, а также к изменениям состояния организма в ходе онтогенеза и при развитии заболевания

13. Теоретические основы содержания валеологического образования
 - Педагогический аспект
 - Психологический аспект
 - Социологический аспект
 - Медицинский аспект
 - Культурологический аспект
 - Программа валеологического образования
14. Здоровый образ жизни и его составляющие
 - Личная гигиена и профилактика инфекционных заболеваний
 - Закаливание и здоровье
 - Рациональное питание и нетрадиционные системы питания
 - Оптимальный двигательный режим и др.
15. Дошкольная валеология
 - Понятие, сущность
 - Цели и задачи
 - Функции дошкольной валеологии
 - Предмет, методы исследования
16. Новая культура отношений ребенка и природы – основа воспитания здорового поколения России
 - Характеристика образовательной среды как фактора оздоровления
 - Создание системы валеологического образования дошкольников
 - Оздоровление детей в дошкольных образовательных учреждениях как инновационная педагогическая деятельность
17. Система воспитательно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении
 - Основные разделы воспитательно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении
 - Организация рациональной двигательной активности
 - Реализация системы эффективного закаливания
 - Воспитательно-оздоровительная работа
 - Специально организованная физкультурная деятельность
18. Здоровьесберегающие образовательные технологии
 - Понятие, сущность
 - Классификация
 - Характеристика
 - Создание здоровьесберегающей образовательной среды ДОО
 - Формы организации педагогического процесса по воспитанию навыков здорового образа жизни у детей
19. Использование здоровьесберегающих технологий в воспитании у дошкольников основ здорового образа жизни
 - Медико-педагогическая оздоровительная работа

- Организация здоровьесберегающего пространства
Формирование психологического здоровья дошкольников
Взаимодействие педагогического состава в здоровьесбережении детей
20. Формирование потребности быть здоровым у детей 3-4 лет
Валеологическое воспитание и обучение дошкольников (цели, задачи, основные принципы формирования здоровья дошкольников, направления, интеграция областей)
Объем валеологических знаний детей 3-4 лет (характеристика Программы)
Объем валеологических умений детей
Формы валеологического воспитания и обучения дошкольников 3-4 лет
Диагностика усвоения программных задач валеологического образования
Приложение А План-конспект занятия
Приложение Б Подборка игр валеологической направленности
Приложение В Терминологический словарь
21. Формирование потребности быть здоровым у детей средней группы (4-5 лет)
Валеологическое» воспитание и обучение дошкольников (цели, задачи, основные принципы формирования здоровья дошкольников, направления, интеграция областей)
Объем валеологических знаний детей 4-5 лет(характеристика Программы)
Объем валеологических умений детей
Специально-организованное обучение
Формы валеологического воспитания и обучения дошкольников 4-5 лет
Диагностика усвоения программных задач валеологического образования
Приложение А План-конспект занятия
Приложение Б Подборка игр валеологической направленности
Приложение В Терминологический словарь
22. Формирование потребности в здоровом образе жизни у детей старшей группы (5-6 лет)
Валеологическое воспитание и обучение дошкольников (цели, задачи, основные принципы формирования здоровья дошкольников, направления, интеграция областей)
Объем валеологических знаний детей 5–6 лет(характеристика Программы)
Объем валеологических умений детей
Специально-организованное обучение
Формы валеологического воспитания и обучения дошкольников 5–6 лет
Диагностика усвоения программных задач валеологического образования
Приложение А План-конспект занятия
Приложение Б Подборка игр валеологической направленности
Приложение В Терминологический словарь
23. Формирование потребности в здоровом образе жизни у детей подготовительной к школе группы (6-7 лет)
Валеологическое воспитание и обучение дошкольников (цели, задачи, основные принципы формирования здоровья дошкольников, направления, интеграция областей)
Объем валеологических знаний детей 6-7 лет(характеристика Программы)
Объем валеологических умений детей

- Специально-организованное обучение
- Формы валеологического воспитания и обучения дошкольников 6-7 лет
- Диагностика усвоения программных задач валеологического образования
- Приложение А План-конспект занятия
- Приложение Б Подборка игр валеологической направленности
- Приложение В Терминологический словарь
- 24. Формирование валеологической культуры родителей
 - Задачи, цель и содержание валеологического образования родителей
 - Средства и методы валеологической работы воспитателя с родителями.
 - Мотивация родителей на здоровый образ жизни
 - Программа родительского семинара
 - Беседа, консультация, сценарий игры, доклад на родительском собрании
- 25. Сотрудничество детского сада и семьи в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни
 - Формы взаимодействия с родителями: индивидуальные и групповые; традиционные и нетрадиционные.
 - Валеологическое просвещение родителей
 - Беседа, консультация, сценарий игры, доклад на родительском собрании
- 26. Сущность и пути реализации оздоровительной функции детских учреждений (школы, детского сада) на современном этапе
 - Раскрыть принципы, методы, подходы, пути реализации
- 27. Оформление предметно-игровой среды валеологической направленности в младшей группе детского сада
 - Понятие, составляющие предметно-игровой среды
 - Предметно-игровая среда валеологической направленности
 - Экологическая тропа
- 28. Оформление предметно-игровой среды валеологической направленности в средней группе детского сада
 - Понятие, составляющие предметно-игровой среды
 - Предметно-игровая среда валеологической направленности
 - Валеологический уголок
 - Экологическая тропа
- 29. Оформление предметно-игровой среды валеологической направленности в старшей группе детского сада
 - Понятие, составляющие предметно-игровой среды
 - Предметно-игровая среда валеологической направленности
 - Уголок валеологии в образовательном пространстве группы
 - Экологическая тропа
- 30. Оформление предметно-игровой среды валеологической направленности в подготовительной к школе группе детского сада
 - Понятие, составляющие предметно-игровой среды
 - Предметно-игровая среда валеологической направленности
 - Уголок валеологии в образовательном пространстве группы
 - Экологическая тропа
- 31. Валеологически культурный ребенок дошкольного возраста

Возрастные особенности развития дошкольника. Требования к уровню усвоения программы детьми дошкольного возраста.

Критерии оценки валеологической культуры воспитанника.

32. Содержание, формы и методы оздоровительной работы в современных детских учреждениях

Направления, формы и методы формирования у детей и подростков осмысленного отношения к здоровью. Овладение основами ЗОЖ, и навыками безопасного для здоровья поведения. Методические аспекты профилактики и раннего выявления вредных привычек у детей.

4.2 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Перечень вопросов для промежуточной аттестации и подготовки к экзамену

1. Основные понятия курса: «здоровье», «индивидуальное здоровье», «уровень здоровья», «культура здоровья», «здоровый образ жизни». «валеологическое образование», «валеологическое обучение», «валеологическое воспитание», «валеологические знания», «валеологическая культура», здоровьесберегающие образовательные технологии, валеологическая компетентность, медицинская валеология, педагогическая валеология, возрастная валеология, профессиональная валеология, семейная валеология, экологическая валеология, социальная валеология,
2. Предмет и основные понятия валеологии. Понятие о валеологии: предмет, объект, метод. Цель и задачи валеологии.
3. Место валеологии в общей парадигме наук о человеке: биологии, медицине, педагогике, психологии, физкультуре, экологии пр.
4. Классификация: общая, медицинская, педагогическая, возрастная, дифференциальная, профессиональная, специальная, семейная, экологическая социальная валеология. диагностическая и практическая валеология.
5. Валеология как учебная дисциплина. Теоретические основы содержания валеологического образования. Педагогический аспект. Психологический аспект. Социологический аспект. Медицинский аспект. Культурологический аспект. Программа валеологического образования.
6. Предпосылки возникновения валеологии. История становления валеологии.
7. История и перспективы развития валеологии в России.
8. И.И.Брехман как один из основоположников в разработке учения о здоровье; объекты и результаты его исследований.
9. Здоровье в системе общечеловеческих ценностей, факторы его определяющие
10. Валеологический анализ здоровья и здорового образа жизни Факторы и проблемы, определяющие здоровье и здоровый образ жизни, влияние окружающей среды, генотип и медицинское обеспечение населения.
11. Образ жизни семьи и здоровье детей раннего возраста.
12. Заболевания, связанные с генетическими факторами. Заболевания, опосредованные воздействием внешних факторов. Заболевания, связанные с наследственной предрасположенностью

13. Классификация факторов окружающей среды. Искусственное преобразование природы и вредные последствия.
14. Условия и образ жизни. Взаимосвязь критериев оценки здоровья населения и качества среды обитания. Районы экологического неблагополучия. Государственные программы по мониторингу здоровья населения.
15. Разрушители здоровья. Болезни цивилизации.
16. Валеологический анализ здоровья и болезни. Понятие здоровья. Возрастной аспект здоровья. Болезнь. Болезнь и факторы риска.
17. Здоровый образ жизни и его составляющие.
18. Личная гигиена и профилактика инфекционных заболеваний.
19. Режим труда и отдыха. Биоритмы. Основные понятия гигиены. Гигиена дыхания. Дыхательная мускулатура. Техники дыхания. Управление дыханием.
20. Закаливание и здоровье.
21. Рациональное питание и нетрадиционные системы питания.
22. Оптимальный двигательный режим и др.
23. Физическая культура. Мышечная деятельность. Типы физической нагрузки. Гимнастики. Интенсивность нагрузки. Базовые принципы врачебного контроля и самоконтроля.
24. Влияние образа жизни на долголетие. Уклад, качество, уровень, условия, стиль жизни.
25. Формирование культуры здоровья Оценка состояния здоровья.
26. Дошкольная валеология. Теоретические и концептуальные основы оздоровления и формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста..
27. Понятие, сущность. Цели и задачи. Функции дошкольной валеологии. Предмет, методы исследования.
28. Характеристика образовательной среды как фактора оздоровления
29. Создание системы валеологического образования дошкольников.
30. Оздоровление детей в дошкольных образовательных учреждениях как инновационная педагогическая деятельность
31. Технология валеологического воспитания детей дошкольного возраста
32. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Понятие, сущность. Классификация. Характеристика.
33. Создание здоровьесберегающей образовательной среды ДОО.
34. Формы организации педагогического процесса по воспитанию навыков здорового образа жизни у детей
35. Использование здоровьесберегающих технологий в воспитании у дошкольников основ здорового образа жизни. Медико-педагогическая оздоровительная работа.
36. Организация здоровьесберегающего пространства. Формирование психологического здоровья дошкольников. Взаимодействие педагогического состава в здоровьесбережении детей.
37. Система познавательно-оздоровительной работы с детьми, направленной на осознанное отношение сохранения и укрепления собственного здоровья, формирование культуры здоровья дошкольника.
38. Формирование потребности быть здоровым у детей раннего и дошкольного возраста. Валеологическое воспитание и обучение дошкольников (цели, задачи,

основные принципы формирования здоровья дошкольников, направления, интеграция областей).

39. Оптимизация двигательной активности. Средства, формы организации физического воспитания дошкольников. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании.
40. Специально-организованное обучение. Формы валеологического воспитания и обучения дошкольников. Объем валеологических умений детей.
41. Диагностика усвоения программных задач валеологического образования.
42. Изучение сформированности валеологической компетентности детей от 3 до 7 лет.
43. Формирование валеологической культуры родителей. Задачи, цель и содержание валеологического образования родителей. Валеологическое просвещение родителей
44. Средства и методы валеологической работы воспитателя с родителями. Мотивация родителей на здоровый образ жизни.
45. Сотрудничество детского сада и семьи в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни. Формы взаимодействия с родителями.

Критерии оценки:

Оценки «отлично» заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка «отлично» выставляется студентам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

Оценки «хорошо» заслуживает студент, обнаруживший полное знание учебно-программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе. Как правило, оценка «хорошо» выставляется студентам, показавшим систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Оценки «удовлетворительно» заслуживает студент, обнаруживший знания основного учебно-программного материала в объёме, необходимом для дальнейшей учёбы и предстоящей работы по специальности, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с основной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка «удовлетворительно» выставляется студентам, допустившим погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

- при необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на экзамене;
- при проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями;
- при необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

5.1 Основная литература:

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч [Электронный ресурс] : учебное пособие для академического бакалавриата. Ч. 2 / Д. С. Алхасов. - Москва : Юрайт, 2018. - 441 с. - <https://biblio-online.ru/book/B710FE0C-F98A-4335-9E04-36853F3A955E/metodika-obucheniya-fizicheskoy-kulture-v-nachalnoy-shkole-v-2-ch-chast-2> .

2. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч [Электронный ресурс] : учебное пособие для академического бакалавриата. Ч. 1 / Д. С. Алхасов. - Москва : Юрайт, 2018. - 254 с. - <https://biblio-online.ru/book/D2E3E9A5-E683-4609-9653-602ABA119B96/metodika-obucheniya-fizicheskoy-kulture-v-nachalnoy-shkole-v-2-ch-chast-1>.

3. Петряков, Петр Анатольевич. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : учебное пособие для академического бакалавриата / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2017. - 191 с., табл. : ил. -

(Университеты России). - Библиогр. в конце глав. - ISBN 978-5-534-03431-8 : 521 р. 38 к. 3; то же Петряков, Петр Анатольевич. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Электронный ресурс] : учебное пособие для академического бакалавриата / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 191 с. - <https://biblio-online.ru/book/30FA13FC-926A-40C2-8E2D-653BDF7D7352>.

4. Семенова, Татьяна Анатольевна. Оздоровительные технологии физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста в образовательных организациях [Электронный ресурс] : учебник для студентов вузов / Т. А. Семенова. - Москва : ИНФРА-М, 2018. - 448 с. - <http://znanium.com/bookread2.php?book=950833>.

5. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие для академического бакалавриата / Г. А. Ямалетдинова ; под науч. ред. И. В. Еркомайшвили. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 244 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-05600-6. — URL : <https://biblio-online.ru/viewer/7962A2E2-E6D4-498D-9F02-7AF53290A4BC/pedagogika-fizicheskoy-kultury-i-sporta#page/1>

5.2 Дополнительная литература

1. Кокоулина, О.П. Основы теории и методики физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / О.П. Кокоулина. - Москва : Евразийский открытый институт, 2011. - 144 с. - ISBN 978-5-374-00429-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=90952>

2. Ланда, Б.Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология : учебное пособие / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань : Познание, 2014. - 66 с. : табл., схем. - (Готов к труду и обороне). - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364174>

3. Патрикеев, Артем Юрьевич. Гимнастика и подвижные игры в начальной школе [Текст] / А. Ю. Патрикеев. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. - 95 с. - (Наша началочка). - ISBN 978-5-222-22982-8 : 113 р. 75 к. 3

4. Педагогика физической культуры [Текст] : учебник для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физическая культура" / под ред. С. Д. Неверковича. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 362 с. - (Высшее образование. Физическая культура и спорт) (Бакалавриат). - Библиогр. в конце глав. - ISBN 978-5-4468-1082-6 : 572.25. 4

5. Поляшова, Н.В. Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе : учебное пособие / Н.В. Поляшова, И.А. Новикова, И.Г.

Маракушина ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования Северный (Арктический) федеральный университет им. М.В. Ломоносова. - Архангельск : ИПЦ САФУ, 2012. - 147 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-261-00737-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436398>

6. Сапего, А.В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 228 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1589-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924>

7. Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников : учебное пособие / М.П. Мухина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 399 с. : табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429366>

8. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. - М.: Академия, 2012. - 368 с. - (Высшее образование). 5

9. Теория и методика физического воспитания детей младшего школьного возраста с практикумом [Текст] : учебник для использования в учебном процессе образовательных учреждений, реализующих программы среднего профессионального образования по специальности "Преподавание в начальных классах" / [Т. Ю. Торочкова и др.] ; под ред. Т. Ю. Торочковой. - Москва : Академия, 2014. - 272 с. : ил. - (Профессиональное образование. Профессиональный модуль : преподавание по программам начального общего образования). - Библиогр. в конце разделов. - ISBN 978-5-4468-0307-1 : 576.11. 4

10. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта [Текст] : учебное пособие для студентов вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 3-е изд., испр. - М. : Академия, 2006. - 143 с. - (Высшее профессиональное образование). - Библиогр.: с. 141

5.3. Периодические издания:

1. Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология и педагогика. - URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/71233/udb/2630>
2. Вестник Московского университета. Серия 20. Педагогическое образование URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/9245/udb/1270>
3. Воспитательная работа в школе URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/18906/udb/1270>
4. Педагогика URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/598/udb/1270>
5. Педагогическое образование и наука URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/18746/udb/1270>
6. «Историко-педагогический журнал» Режим доступа: https://elibrary.ru/title_about.asp?id=32965

6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Academia :видеолекции ученых России на телеканале «Россия К» : сайт. – URL: http://tvkultura.ru/brand/show/brand_id/20898/.
2. <http://docspace.kubsu.ru>
3. Scopus : международная реферативная и справочная база данных цитирования рецензируемой литературы : сайт. – URL: <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.
4. WebofSciense (WoS, ISI) : международная аналитическая база данных научного цитирования : сайт. – URL: <http://webofknowledge.com>.
5. [Архив научных журналов на платформе НИ «Национальный электронно-информационный консорциум» : сайт. – URL: http://archive.neicon.ru/xmlui](http://archive.neicon.ru/xmlui).
6. [Базы данных компании «Ист Вью» : сайт. – URL: http://dlib.eastview.com](http://dlib.eastview.com).
7. ГРАМОТА.РУ : справочно-информационный интернет-портал. – URL: <http://www.gramota.ru>.
8. Единое окно доступа к образовательным ресурсам :сайт. – URL: <http://window.edu.ru>.
9. КиберЛенинка : научная электронная библиотека : сайт. – URL: <http://cyberleninka.ru>.
10. Лекториум :видеоколлекции академических лекций вузов России : сайт. – URL: <https://www.lektorium.tv>.
11. [Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» :сайт. – URL: http://elibrary.ru](http://elibrary.ru).
12. [Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания : сайт. – URL: https://www.monographies.ru/](https://www.monographies.ru/).
13. Образовательный портал [Официальный сайт]. - URL: «Академик» <http://dic.academic.ru/>
14. Образовательный портал «Учеба» [Официальный сайт]. - URL: <http://www.ucheba.com/>
15. [Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации : сайт. – URL: http://publication.pravo.gov.ru](http://publication.pravo.gov.ru).
16. Российское образование, федеральный портал [Официальный сайт] — URL: <http://www.edu.ru>
17. Служба тематических толковых словарей[Официальный сайт] URL: <http://www.glossary.ru/>

18. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» : сайт. – URL: <http://www.consultant.ru>.
19. Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ) : сайт. – URL: <http://www.uisrussia.msu.ru/>.
20. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» [на базе Российской государственной библиотеки] : сайт. – URL: <http://xn--90ax2c.xn--p1ai/>.
21. Федеральная университетская компьютерная сеть России [Официальный сайт] URL: <http://www.runnet.ru/>
22. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов : сайт. – URL: <http://fcior.edu.ru>.
23. ЭБС «Юрайт» : сайт. – URL: <https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB>.
24. ЭБС издательства «Лань» : сайт. – URL: <http://e.lanbook.com>.
25. Электронная библиотека «Grebennikon» : сайт. – URL: <http://grebennikon.ru/journal.php>.
26. Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки [авторефераты – в свободном доступе] : сайт. – URL: <http://diss.rsl.ru/>.
27. Электронный архив документов КубГУ полнотекстов [Официальный сайт] URL: ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red.
28. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.

7 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Курс «Валеология дошкольника» состоит из двух разделов: теоретического и практического.

Выбор тем, выносимых на лекционные занятия, обусловлен наибольшей значимостью и сложностью. Это требует разъяснения, комментариев, использования лектором дополнительных источников к содержанию курса, предложенному в учебных пособиях. Наиболее важные, системообразующие темы выносятся на семинарские занятия с целью закрепления теоретических вопросов и лучшего усвоения материала.

Первичное чтение лекции осуществляет сам студент, имея доступ к электронной версии предлагаемого учебного пособия и его печатному изданию. Задача состоит в том, чтобы более осмысленно синтезировать знания. Чтение направлено на формирование речемыслительной деятельности и предполагает такие его виды, как изучающее, аналитическое, поисковое. Во время лекционного занятия преподаватель приобретает возможности организации беседы – эвристической, катехизической, герменевтической. В этом случае сама лекция расширяет, во-первых, возможности применения дидактических методов – вопросов для запуска мышления в данной лекции, во-вторых, конкретизирует свое назначение в зависимости от предметного содержания – мотивирующая лекция в данном случае. Кроме того, комментарии к лекции стимулирует демонстрацию лектором не только очевидных, но и скрытых знаний. Последние – знания личного и социального внутреннего плана: чувства, представления и эмоции лектора. Усвоение студентами таких знаний мотивирует формирование представлений, взглядов и убеждений как компонентов мировоззрения.

Для активизации обучающей деятельности студента структура лекции включает ведущую идею, аккумулирующую в лаконичной форме содержание лекции, проблему, формулируемую в контексте современных достижений науки.

Организация самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа на лекции. Составление или слежение за планом чтения лекции, проработка конспекта лекции, дополнение конспекта рекомендованной литературой. В лекциях – вопросы для самостоятельной работы студентов, указания на источник ответа в литературе. В ходе лекции возможны сообщения студентов по отдельным вопросам плана.

Опережающие задания для самостоятельного изучения фрагментов будущих тем занятий, лекций (в статьях, учебниках и др.). Важнейшим средством активизации стремления к самостоятельной деятельности являются активные технологии обучения. В этом плане эффективной формой обучения являются проблемные лекции. Основная задача лектора в этом случае – не столько передать информацию, сколько приобщить слушателей к объективным противоречиям развития научного знания и способам их разрешения. Функция студента – не только переработать информацию, но и активно включиться в открытие неизвестного для себя знания.

Семинарские занятия требуют самостоятельной работы студентов с основной учебной и дополнительной литературой. Вопросы, выносимые на семинарские занятия, имеют большой охват объема теоретического материала. Итог работы по обсуждаемым вопросам – точное определение понятий, определений, системообразующих терминов.

Самостоятельная работа на семинарских, практических занятиях реализуется как процесс диалогического общения участников, в ходе которого происходит формирование практического опыта совместного участия в обсуждении и разрешении теоретических и практических проблем. Студент учится выражать свои мысли в докладах и выступлениях, активно отстаивать свою точку зрения, аргументированно возражать, опровергать ошибочную позицию сокурсника. Данная форма работы позволяет повысить уровень интеллектуальной и личностной активности, включенности в процесс учебного познания.

Домашняя письменная работа предполагает реферирование первоисточников, самостоятельную оценку, содержание, выводы, установку и позицию каждого студента по содержанию предмета, разработку комплексов общеразвивающих упражнений, планов–конспектов уроков, протоколов диагностики уровня обученности двигательным действиям и развития физических качеств. Каждое домашнее задание оценивается преподавателем и является дополнением работы на семинарских занятиях.

Общие рамки изучения курса обозначены в рабочей программе, раскрывающей разделы учебной дисциплины. При подготовке к практическим занятиям студентам следует руководствоваться учебными, нормативными, научными источниками и иными материалами, указанными к соответствующим разделам плана практических занятий

Научные источники по фундаментальным проблемам науки педагогики и физической культуры предложены в списке основной и дополнительной специальной литературы. При подготовке рефератов необходимо ознакомление с научно–практическими публикациями, размещенными в периодических изданиях.

Пропуски занятий и неудовлетворительные оценки студент может исправить на индивидуальных консультациях преподавателя.

Задания для самостоятельной работы студентов (СРС), должны быть интересными в профессиональном плане, предполагают регулярное, постоянное обращение к ним и

достаточное «погружение» в дисциплину. Их объем должен реально учитывать время, отводимое для изучения дисциплины учебным планом.

Функции практических занятий – интеграция теории и практики, ориентация будущих специалистов на наукоемкую практику. В таких условиях практическая работа способствует формированию двух составляющих объекта – логико–предметной и когнитивно–креативной.

При всех формах самостоятельной работы студент может получить разъяснение по интересующим его вопросам у преподавателя на индивидуальных консультациях, а также обратиться к информационным источникам, рекомендованными преподавателем, для дальнейшей самостоятельной работы с ними. При самостоятельной проработке темы студенту рекомендуется просмотреть и разобраться в лекционном теоретическом материале. Ознакомится с основной и дополнительной литературой.

Студент может привлекать и другие источники информации, кроме рекомендованных преподавателем. Рекомендуется активно использовать не только учебную и научную литературу, но и материалы из периодической печати. После просмотра и отбора литературы студент должен разобрать и понять ее основное содержание, затем законспектировать главные положения в специально отведенной тетради.

Самостоятельная работа студентов предусматривает конспектирование первоисточников, написание реферата, работу с учебниками и учебными пособиями. Формирование культуры работы с первоисточниками имеет важное значение для осмысления аспектов педагогического процесса по физическому воспитанию во всем его многообразии. В этой связи данный вид самостоятельной работы выполняет функции, которые в совокупности позволяют решать не только учебные, но и воспитательные задачи.

Таким образом, системная и последовательная самостоятельная работа студентов с учебным и дополнительным материалом по дисциплине способствует переводу содержания курса в область долговременной памяти с перспективой его использования в соответствующих жизненных и профессиональных ситуациях.

8 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

8.1 Перечень информационных технологий

- Компьютерное тестирование по итогам изучения разделов дисциплины.
- Проверка домашних заданий и консультирование посредством электронной почты.
- Использование электронных презентаций при проведении семинарских занятий.

8.2 Перечень необходимого программного обеспечения

При изучении дисциплины по отдельным разделам или темам могут быть использованы обучающие компьютерные программы к которым имеется доступ в университете (в библиотеке, компьютерных классах и/или на кафедрах).

- программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель «Windows Media Player»);
- программы для демонстрации и создания презентаций («Microsoft Power Point»).

8.3 Перечень лицензионного программного обеспечения

1. Code Gear RAD Studio Architect, Государственный контракт №13-ОК/2008-1
2. ABBY FineReader 9.0 Corporate Edition, Государственный контракт №13-ОК/2008-1
3. MATLAB Suite, Государственный контракт №13-ОК/2008-1
4. CorelDRAW Graphic Suite X3, Государственный контракт №13-ОК/2008-1
5. WinRAR, Государственный контракт №13-ОК/2008-3
6. CS3 Design STANDARD 3.0 (PhotoShop), Государственный контракт №13-ОК/2008-1
7. PageMaker 7.0.2 Academic Edition, Государственный контракт №13-ОК/2008-1
8. Microsoft Windows XP, Государственный контракт №13-ОК/2008-3
9. Microsoft Windows Server Std 2003, Государственный контракт №13-ОК/2008-2 (Номер лицензии - 43725353)
10. 1С предприятие, Акт на передачу прав - РНк-45425 от 28.04.09
11. Microsoft Windows Office 2003 Pro, Государственный контракт №13-ОК/2008-3 (Номер лицензии - 43725353)
12. Консультант Плюс, Договор №177/948 от 18.05.2000

8.4 Перечень информационных справочных систем:

1. Служба тематических толковых словарей [Официальный сайт] URL: <http://www.glossary.ru/>
2. ГРАМОТА.РУ : справочно-информационный интернет-портал. — URL: <http://www.gramota.ru>.
3. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» : сайт. — URL: <http://www.consultant.ru>

9. Материально–техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Название помещения; номер по порядку	Оснащение кабинета	Программное обеспечение
помещение для занятий физической культурой и спортом Учебная аудитория № 103 353900 Краснодарский край, г. Новороссийск, ул. Коммунистическая дом № 36	Оборудование: Теннисные столы 3, телевизор, степпер напольный 2, мини-степ с ручкой 1, шведская стенка, гимнастическая скамейка, наглядные пособия, гири, мячи, гантели, коврики, дартс, обручи, скакалки, шахматы, шашки, ученические столы, стулья	Не требуется
учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа; учебная аудитории для проведения занятий семинарского типа; учебная аудитория групповых и индивидуальных консультаций; учебная аудитории для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации. Учебная аудитория № 201 353900 Краснодарский край, г. Новороссийск, ул. Коммунистическая дом № 36	Оборудование: мультимедийный проектор, экран, ноутбук, учебная мебель, доска учебная, учебно-наглядные пособия (тематические иллюстрации), презентации на электронном носителе, сплит-система	WinRAR, Государственный контракт №13-ОК/2008-3; Microsoft Windows XP, Государственный контракт №13-ОК/2008-3; Microsoft Windows Office 2003 Pro, Государственный контракт №13-ОК/2008-3 (Номер лицензии - 43725353); Консультант Плюс, Договор №177/948 от 18.05.2000
учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа; учебная аудитории для проведения занятий семинарского типа; учебная аудитория групповых и индивидуальных консультаций; учебная аудитории для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации. Учебная аудитория № 202 353900 Краснодарский край, г. Новороссийск, ул. Коммунистическая дом № 36	Оборудование: мультимедийный проектор, экран, ноутбук, учебная мебель, доска учебная, учебно-наглядные пособия (тематические иллюстрации), презентации на электронном носителе, сплит-система	WinRAR, Государственный контракт №13-ОК/2008-3; Microsoft Windows XP, Государственный контракт №13-ОК/2008-3; Microsoft Windows Office 2003 Pro, Государственный контракт №13-ОК/2008-3 (Номер лицензии - 43725353); Консультант Плюс, Договор №177/948 от 18.05.2000
учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа; учебная аудитории для проведения занятий семинарского типа; учебная аудитория групповых и индивидуальных консультаций; учебная аудитории для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации. Учебная аудитория № 203 353900 Краснодарский край, г. Новороссийск, ул. Коммунистическая дом № 36	Оборудование: мультимедийный проектор, экран, моноблок, сканер, учебная мебель, доска учебная, учебно-наглядные пособия (тематические иллюстрации), презентации на электронном носителе, сплит-система	WinRAR, Государственный контракт №13-ОК/2008-3; Microsoft Windows XP, Государственный контракт №13-ОК/2008-3; Microsoft Windows Office 2003 Pro, Государственный контракт №13-ОК/2008-3 (Номер лицензии - 43725353); Консультант Плюс, Договор №177/948 от 18.05.2000
учебная аудитория для проведения	Оборудование:	WinRAR, Государственный контракт №13-

занятий лекционного типа; учебная аудитории для проведения занятий семинарского типа; учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций; учебная аудитории для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации; Учебная аудитория № 301 353900 Краснодарский край, г. Новороссийск, ул. Коммунистическая дом № 36	мультимедийный проектор, экран, персональный компьютер, учебная мебель, доска учебная, учебно-наглядные пособия (тематические иллюстрации), презентации на электронном носителе, выход в интернет, сплит-система	OK/2008-3; MicrosoftWindows XP, Государственный контракт №13-OK/2008-3; MicrosoftWindowsOffice 2003 Pro, Государственный контракт №13-OK/2008-3 (Номер лицензии - 43725353); Консультант Плюс, Договор №177/948 от 18.05.2000.
учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа; учебная аудитории для проведения занятий семинарского типа; учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций; учебная аудитории для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации; Учебная аудитория № 303 353900 Краснодарский край, г. Новороссийск, ул. Коммунистическая дом № 36	Оборудование: мультимедийный проектор, экран, персональный компьютер, телевизор, видеомэгаффон; учебная мебель, доска учебная, учебно-наглядные пособия (тематические иллюстрации), презентации на электронном носителе, сплит-система	WinRAR, Государственный контракт №13-OK/2008-3; MicrosoftWindows XP, Государственный контракт №13-OK/2008-3; MicrosoftWindowsOffice 2003 Pro, Государственный контракт №13-OK/2008-3 (Номер лицензии - 43725353); Консультант Плюс, Договор №177/948 от 18.05.2000.
учебная аудитория для самостоятельной работы, с рабочими местами, оснащенными компьютерной техникой с подключением неограниченного доступа в электронную информационно-образовательную среду организации для каждого обучающегося, в соответствии с объемом изучаемых дисциплин Учебная аудитория № 309 353900 Краснодарский край, г. Новороссийск, ул. Коммунистическая № 36	Оборудование: ученические столы, стулья, ноутбуки, выход в интернет, персональный компьютер.	WinRAR, Государственный контракт №13-OK/2008-3; MicrosoftWindows XP, Государственный контракт №13-OK/2008-3; MicrosoftWindowsOffice 2003 Pro, Государственный контракт №13-OK/2008-3 (Номер лицензии - 43725353); Консультант Плюс, Договор №177/948 от 18.05.2000.

Согласно письму Министерства образования и науки РФ № МОН–25486 от 21.06.2017г «О разработке адаптированных образовательных программ» –Разработка адаптивной программы необходима в случае наличия в образовательной организации хотя бы одного обучающегося с ограниченными возможностями здоровья

Для обучающихся из числа инвалидов обучение проводится организацией с учетом особенностей их психофизического развития, их индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее – индивидуальные особенности).

При проведении обучения инвалидов обеспечивается соблюдение следующих общих требований:

– проведение обучения для инвалидов в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей для

обучающихся;

- присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся инвалидам необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей;
- пользование необходимыми обучающимся инвалидам техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей;
- обеспечение возможности беспрепятственного доступа обучающихся инвалидов в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях;

В зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, организация обеспечивает выполнение следующих требований при проведении занятий:

а) для слепых:

- задания и иные материалы оформляются рельефно–точечным шрифтом Брайля или в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением для слепых, либо зачитываются ассистентом;
- письменные задания выполняются обучающимися на бумаге рельефно–точечным шрифтом Брайля или на компьютере со специализированным программным обеспечением для слепых, либо надиктовываются ассистенту;
- при необходимости обучающимся предоставляется комплект письменных принадлежностей и бумага для письма рельефно–точечным шрифтом Брайля, компьютер со специализированным программным обеспечением для слепых;

б) для слабовидящих:

- задания и иные материалы оформляются увеличенным шрифтом;
- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- при необходимости обучающимся предоставляется увеличивающее устройство, допускается использование увеличивающих устройств, имеющихся у обучающихся;

в) для глухих и слабослышащих, с тяжелыми нарушениями речи:

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающимся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

г) для лиц с нарушениями опорно–двигательного аппарата (тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):

- письменные задания выполняются обучающимися на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту.

Обучающийся инвалид при поступлении подает письменное заявление о необходимости создания для него специальных условий при проведении обучения с указанием особенностей его психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее – индивидуальные особенности). К заявлению прилагаются документы, подтверждающие наличие у обучающегося индивидуальных особенностей (при отсутствии указанных документов в организации).