

Аннотация по дисциплине
Б.1 Б.ДВ.19.01 Валеология
Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование
Направленность (профиль) "История". "Обществознание"
Программа подготовки: академический бакалавриат
Форма обучения - очная
Квалификация (степень) выпускника - бакалавр

Объем трудоемкости: 2 зач. ед. (ОФО-72 час., из них – 36 час. аудиторной нагрузки: лекционных 12 ч., практических 24 ч.; 33,8 ч. самостоятельной работы; КСР – 2ч., ИКР – 0,2)

Цель дисциплины – сформировать представление о сущности и значении валеологии, через изучение механизмов формирования здоровья и разработки мер и путей сохранения, укрепления здоровья отдельного человека, группы.

Задачи дисциплины:

- раскрыть содержание валеологии как науки.
- раскрыть сущность и закономерности формирования здоровья человека.
- показать типологию, эволюцию и влияние факторов, влияющих на здоровье человека.
- раскрыть механизмы формирования установки на здоровый образ жизни.
- раскрыть потенциал, резервы здоровья человека, адаптационные возможности организма человека.
- изучить формы методы, приемы, направленные на выявление качественной и количественной оценки состояния здоровья и резервов здоровья человека.
- повышение уровня творческого использования валеологического образования для достижения жизненных целей.

Место дисциплины в структуре ООП ВО:

Дисциплина «Валеология» входит в вариативную часть базовой части учебного плана и является дисциплиной по выбору (Б.1.В.ДВ19.1).

Дисциплина «Валеология» опирается на такие курсы как «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Методология и технологии организации обучения», «Внеурочная деятельность и организационно-воспитательная работа».

Требования к уровню освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей компетенции: ОПК- 3 готовностью к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса; ОПК- 6 готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся; ПК-5 способностью осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ОПК 3	готовностью к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса	характеристики основных категорий объект и предмет, структуру валеологии, её место в системе образовательного процесса; основные признаки культуры здоровья	использовать знания о теоретических подходах в исследовании проблем валеологического образования	методами организации режима труда и отдыха; системой социально-психологических сведений о здоровье и здоровом образе жизни

2.	ОПК 6	готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	основы теоретической и прикладной валеологии; закономерности поддержания здоровья и здорового образа жизни	проводить валеологическую диагностику состояния систем организма человека	спецификой формирования, сохранения и укрепления здоровья детей и педагогов; основными методами самоконтроля и самооценки
3.	ПК 5	способностью осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся	Методы и формы валеологического сопровождения социализации обучающихся, их профессионального самоопределения	использовать валеологические средства и методы, направленные на педагогическую поддержку и педагогическое сопровождение обучающихся	создавать оптимальные условия учебного процесса, способствующие социализации и профессиональному самоопределению обучающихся

Основные разделы дисциплины (ОФО)

№	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	СРС
1	2	3	4	5	6	7
1.	Теоретические основы валеологии. Общие вопросы охраны жизни и здоровья человека (ребенка, подростка)	35,8	6	12		17,8
2.	Практическая валеология в образовательных учреждениях. Здоровьесберегающее педагогическое сопровождение учебно-воспитательного процесса.	34	6	12		16
	<i>Итого по дисциплине:</i>	69,8	12	24		33,8

Курсовые работы: не предусмотрены

Форма проведения аттестации по дисциплине: зачет

Основная литература:

1. Валеология [Электронный ресурс] : учебное пособие / Э. М. Прохорова. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : ИНФРА-М, 2017. - 253 с. - <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=811150>.

2. 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. - Москва : Юрайт, 2018. - 241 с. - <https://biblio-online.ru/book/F4CB7941-0C93-4C82-842E-1ABAD2E533C9>