

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы 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

Форма обучения заочная

*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 – контроль).

## **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 познавательной-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 стремление 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, последствия	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

		воздействия на человека травмирующих, вредных и опасных факторов чрезвычайных ситуаций, средства и методы повышения безопасности и экологичности технических средств и технологических процессов.		
ОПК-6	готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основы гигиены и медицины;</li> <li>- способы оказания первой медицинской помощи;</li> <li>- основы безопасности жизнедеятельности ;</li> <li>- основы обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся на занятиях.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оказывать первую доврачебную помощь;</li> <li>- безопасно использовать вспомогательные и технические средства обучения и оборудование;</li> <li>- подбирать методы и формы обучения с учетом материально-технических средств;</li> <li>- разрабатывать локальные нормативные акты по обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками проведения учебно-воспитательного процесса с учетом безопасности, охраны жизни и здоровья обучающихся.</li> </ul>
ПК-7	способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности	<ul style="list-style-type: none"> <li>возрастные особенности развития личности;</li> <li>факторы, влияющие на формирование личности;</li> <li>современные технологии обучения и воспитания;</li> <li>современные способы развития и реализации творческих способностей различных категорий обучающихся.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>подбирать эффективные методы и средства обучения и воспитания через предметную деятельность;</li> <li>осуществлять обучение и воспитание в рамках интегрированного и инклюзивного образования;</li> <li>планировать и осуществлять индивидуальную работу с обучающимися;</li> <li>- использовать средства и методы обучения и воспитания, исходя из индивидуальных особенностей обучающихся;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>навыками определения целей и задач реализации образовательной программы;</li> <li>- навыками планирования реализации образовательной программы;</li> <li>навыками педагогического взаимодействия при реализации индивидуального обучения;</li> <li>- навыками реализации индивидуального обучения для различных возрастно-половых и социально-демографических групп обучающихся.</li> </ul>

## Структура дисциплины

Таблица 3 - Структура дисциплины «Валеология дошкольника»

№ темы	Наименование раздела	Количество часов							СРС
		Всего	Контактная работа						
			Л	ПЗ	ЛР	КСР	КоР	ИКР	
1.	Валеология как интегративное научное направление и как учебная дисциплина. Предмет и основные понятия валеологии. Здоровье в системе общечеловеческих ценностей, факторы его определяющие	7,8	1			0,8			6
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	12		1		1			10

укрепления собственного здоровья, формирование культуры здоровья дошкольника.									
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

### Перечень основной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

1. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для академического бакалавриата / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 241 с. — (Серия : Образовательный процесс). — URL:<https://biblio-online.ru/book/F4CB7941-0C93-4C82-842E-1ABAD2E533C9#page/1>

2. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учебник и практикум для прикладного бакалавриата / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 499 с. — (Серия : Бакалавр. Прикладной курс). — <https://biblio-online.ru/book/0DFFF3DF-1B11-4580-9C97-9CFDB0A409A4#page/1>

3. Петряков, П. А. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Электронный ресурс] : учебное пособие для академического бакалавриата / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 191 с. — <https://biblio-online.ru/book/30FA13FC-926A-40C2-8E2D-653BDF7D7352#page/1>