

## **АННОТАЦИЯ**

рабочей программы дисциплины

### **Б1.В.ДВ.10.02 ВАЛЕОЛОГИЯ ДОШКОЛЬНИКА**

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).

#### **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, обеспечивающей 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	теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системах «среда – человек – машина»;	проводить контроль параметров среды обитания (рабочей среды) и уровня негативных воздействий среды обитания на человека,	навыками проведения контроля параметров среды обитания (рабочей среды) и уровня негативных воздействий среды обитания на человека,

	ситуаций	«среда обитания – человек», правовые, нормативно – технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности, последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и опасных факторов чрезвычайных ситуаций, средства и методы повышения безопасности и экологичности технических средств и технологических процессов.	эффективно применять средства защиты человека от негативных воздействий, проводить расчет обеспечения условий безопасной жизнедеятельности.	расчета параметров рабочей зоны помещений, защиты от негативных факторов
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	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	навыками определения целей и задач реализации образовательной программы; - навыками планирования реализации образовательной программы; навыками педагогического взаимодействия при реализации индивидуального обучения;

		творческих способностей различных категорий обучающихся.	работу обучающимися; - использовать средства и методы обучения и воспитания, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся;	- навыками реализации индивидуального обучения для различных возрастно-половых и социально-демографических групп обучающихся.
--	--	--	--	---

## 2.2 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	20,8	1	1		1			17,8

	валеологического воспитания детей дошкольного возраста Оптимизация двигательной активности. Средства, формы организации физического воспитания дошкольников. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании								
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

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

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>