

## **АННОТАЦИЯ**

### **Дисциплины Б1.Б.10 Основы валеологии**

**Объем трудоемкости:** 2 зачетные единицы (72 часа, из них ОФО – 38,2 часа аудиторной нагрузки: лекционных 14 ч., практических 20 ч., КСР – 4 ч., промежуточная аттестация – 0,2 часа; 33,8 часа самостоятельной работы).

#### **Цель освоения дисциплины.**

Основная *цель* преподавания дисциплины «Основы валеологии» – развитие у студентов личностных качеств, а также формирование профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом специфики профиля подготовки, основанных на освоение теоретических аспектов здоровьесбережения учащихся как интегрированной области знания, определению места здоровья человека в общей системе наук и ценностей; ознакомление студентов со здоровьесберегающими образовательными технологиями, развитие у них профессиональных компетенций в области формирования здоровой личности учащегося в образовательных учреждениях различного уровня, а также способности использовать полученные компетенции в педагогической и научно-исследовательской деятельности.

#### **Задачи дисциплины.**

–сформировать у студентов знания о концептуальных основах здоровьесберегающей педагогики в современных условиях, роли педагогики здоровья в системе образования;

–развить понимание основных педагогических закономерностей здоровьесбережения учащихся и специфику их реализации в образовательном процессе;

–ознакомить студентов с современными проблемами оздоровления учащихся, возможностями педагога в их решении;

–вооружить будущих педагогов знаниями основ формирования здоровой личности, методами здорового образа жизни, а также умениями, обеспечивающими реализацию полученных знаний в образовательной практике;

–сформировать гуманистически ориентированные установки по отношению к субъектам и процессу здоровьесбережения;

–продолжить формирование профессионально-педагогической направленности и собственной педагогической позиции по вопросам здоровьесберегающей педагогики.

#### **Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы.**

Дисциплина «Основы валеологии» (Б1.Б10) относится к Блоку 1 базовой части дисциплин.

Приступая к изучению дисциплины, студенты должны владеть: способностью самостоятельно приобретать новые знания: находить необходимую информацию, анализировать ее, обрабатывать и выступать перед аудиторией; способностью позитивного выстраивания взаимоотношений с окружающими; практическими знаниями социально-педагогических закономерностей общения в группе, коллективе; практическими знаниями педагогики саморазвития.

Содержание данной учебной дисциплины тесно связано с дисциплинами модуля «Педагогика», а также философией, социологией. В дальнейшем знания дисциплины «Основы валеологии» будут востребованы при изучении дисциплин профессионального цикла.

**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.**

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся *общепрофессиональных и профессиональных компетенций* (ОК-9, ПК-5).

п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ОК-9	способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями и о здоровом образе жизни	методические основы организации своей жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	навыками организации своей жизни в соответствии с социально значимыми представлениями и о здоровом образе жизни
2.	ПК-5	способность реализовывать педагогические и психологические технологии, ориентированные на личностный рост детей и подростков, их гармоничное развитие, формирование установок в отношении здорового образа жизни, толерантности во взаимодействии с окружающим миром, продуктивного преодоления жизненных трудностей	методические основы реализации педагогической и психологической технологий; воспроизводить и наполнять содержанием основные компоненты педагогических и психологических технологий.	ориентироваться в многообразии педагогических и психологических технологий в аспекте решения различных воспитательных и развивающих задач; определять вид педагогической и психологической технологии согласно их классификации и соответствующего содержания	навыками разработки и проектирования педагогической и психологической технологий по образцу в контексте гармоничного развития личности, формирования установок в отношении здорового образа жизни, толерантности во взаимодействии с окружающим миром, продуктивного преодоления жизненных трудностей

### Структура и содержание дисциплины.

#### Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ.

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зач.ед. (72 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице (для студентов ОФО).

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры (часы)
		4

<b>Контактная работа, в том числе:</b>		<b>38,2</b>	<b>38,2</b>
<b>Аудиторные занятия (всего):</b>		34	34
Занятия лекционного типа		14	14
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		20	20
Лабораторные занятия		-	-
<b>Иная контактная работа:</b>		<b>4,2</b>	<b>4,2</b>
Контроль самостоятельной работы (КСР)		4	4
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,2	0,2
<b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>		<b>33,8</b>	<b>33,8</b>
<i>Проработка учебного (теоретического) материала</i>		11	11
<i>Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)</i>		10	10
<i>Подготовка к текущему контролю</i>		12,8	12,8
<b>Контроль:</b>		-	-
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>час.</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
	<b>в том числе контактная работа</b>	<b>38,2</b>	<b>38,2</b>
	<b>зач. ед</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

#### **Структура дисциплины:**

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.  
Разделы дисциплины, изучаемые в 4 семестре (очная форма)

№	Наименование разделов	Количество часов					
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа	
			Л	ПЗ	КСР	СРС	ИКР
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Концептуальные основы здоровьесбережения учащихся	11	4	2	-	5	-
2.	Общешкольная система здоровьесбережения учащихся	14	4	4	1	5	-
3.	Здоровьесберегающие технологии в учебном процессе	15	2	4	1	8	-
4.	Уроки здоровья	17,8	2	6	1	8,8	-
5.	Здоровьесберегающие технологии в воспитательной работе	14	2	4	1	7	-
6.	ИКР (промежуточная аттестация)	0,2		-	-	-	0,2
	<i>Итого по дисциплине:</i>	72	14	20	4	33,8	0,2

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, СРС – самостоятельная работа студента, КСР – контролируемая самостоятельная работа студента, ИКР – иная контактная работа (промежуточная аттестация).

**Курсовые работы:** не предусмотрены

**Форма проведения аттестации по дисциплине:** зачет

**Основная литература:**

1. Цибульникова В. Е., Леванова Е. А. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании: учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов - Москва: МПГУ, 2017.

Цибульникова, В.Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов /

В.Е. Цибульникова, Е.А. Леванова ; под общ. ред. Е.А. Левановой ; учред. Московский педагогический государственный университет ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Факультет педагогики и психологии. - Москва : МПГУ, 2017. - 148 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4263-0490-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471794>

2. Белова Л. В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования: учебное пособие - Ставрополь: СКФУ, 2015.

Белова, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие / Л.В. Белова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 93 с. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457868>

3. Цибульникова В. Е. Технологии здоровьесбережения в образовании: учебно-методический комплекс дисциплины - Москва: МПГУ, 2016.

Цибульникова, В.Е. Технологии здоровьесбережения в образовании : учебно-методический комплекс дисциплины / В.Е. Цибульникова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский педагогический государственный университет», Факультет педагогики и психологии, Кафедра педагогики и психологии профессионального образования имени академика РАО В.А. Сластёнина. - Москва : МПГУ, 2016. - 48 с. : ил. - Библиогр.: с. 23-26. - ISBN 978-5-4263-0407-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=469584>

4. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии [Текст] : учебное пособие для студентов вузов / А. М. Митяева. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2010. - 188 с. - (Высшее профессиональное образование. Педагогика здоровья). - Библиогр. в конце глав. - Библиогр. : с. 182-186. - ISBN 97857.