

СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

1. Цель освоения дисциплины

Формирование готовности использовать систему методических приемов и педагогических технологий воспитания здорового образа жизни, сохранения здоровья человека и активного долголетия.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Социальные аспекты формирования здорового образа жизни детей и молодежи» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору.

Для освоения дисциплины «Социальные аспекты формирования здорового образа жизни детей и молодежи» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Социальная экология», «Социально-педагогическое проектирование», «Социально-педагогическое сопровождение детей и молодежи», прохождения практики «Научно-исследовательская работа». Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Организация взаимодействия субъектов образовательного процесса», «Социальная реклама», «Социальная экология», «Социально-педагогическое сопровождение детей и молодежи», «Художественно-творческие технологии в сопровождении и поддержке детей и молодежи», прохождения практики «Научно-исследовательская работа».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способностью с учетом возрастных особенностей обучающихся разрабатывать последовательность образовательных задач, направленных на сохранение и укрепление здоровья, психическое развитие и становление личности обучающегося (ПК-22);
- способностью организовать совместную и индивидуальную деятельность детей раннего и дошкольного возраста (предметную, игровую, продуктивную) (ПК-25);
- способностью проектировать и реализовывать образовательные и оздоровительные программы развития детей младшего возраста для организаций, осуществляющих образовательную деятельность (ПК-28).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

знать

- физический, социальный, психоэмоциональный аспекты здоровья и их критерии;
- сущность понятия "здоровый образ жизни", его основные компоненты;
- проблемы формирования здорового образа жизни в молодежной среде;

уметь

- использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности;
- учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства;
- выстраивать профессиональную деятельность на основе знаний об устройстве системы социальной защиты детства;

владеть

- методическими приемами и педагогическими технологиями воспитания здорового образа жизни;
- навыками использования здоровьесберегающих технологий.

4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 2,

общая трудоёмкость дисциплины в часах – 72 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 16 ч., СРС – 52 ч.),

распределение по семестрам – 2 курс, зима, 2 курс, лето,

форма и место отчётности – зачёт (2 курс, зима).

5. Краткое содержание дисциплины

Здоровый образ жизни: общая характеристика.

Понятие здоровья. Физический, социальный, психоэмоциональный аспекты здоровья и их критерии. Социальные факторы здоровья. Охрана психического здоровья. Проблема нормы и аномалии. Критерии психического здоровья. Физические, психические, педагогические, социальные отклонения от нормы. Здоровый образ жизни: общая характеристика, компоненты. Объективные и субъективные аспекты здорового образа жизни.

Проблемы охраны здоровья детей и молодежи в современном образовании.

Оценка традиционных форм обучения с валеологической точки зрения. Условия жизни.

Уровень жизни. Качество жизни. Уклад жизни. Стиль жизни. Правильный образ жизни.

Вынужденный образ жизни. Индивидуальный стиль здорового образа жизни. Проблема

режима дня и здоровья. Психогигиена. Рациональное питание. Двигательная активность.

Закаливание организма. Профилактика заболеваемости.

6. Разработчик

Алпатова Наталья Сергеевна, кандидат социологических наук, доцент кафедры социальной педагогики ФГБОУ ВО "ВГСПУ".