

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»  
Факультет социальной и коррекционной педагогики  
Кафедра социальной педагогики

«УТВЕРЖДАЮ»  
Проректор по учебной работе  
Ю. А. Жадаев  
2016 г.



## **Социальные аспекты формирования здорового образа жизни детей и молодежи**

**Программа учебной дисциплины**


Направление 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Магистерская программа «Социально-педагогическое сопровождение и  
поддержка детей и молодёжи»

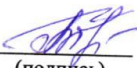
*заочная форма обучения*

Волгоград  
2016

Обсуждена на заседании кафедры социальной педагогики  
«28» 06 2016 г., протокол № 11

Заведующий кафедрой  Ворожеева И.П. «28» 06 2016 г.  
(подпись) (зав. кафедрой) (дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета факультета социальной и  
коррекционной педагогики «29» 08 2016 г., протокол № 1

Председатель учёного совета Ворожеева И.П.  «29» 08 2016 г.  
(подпись) (дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»  
«29» 08 2016 г., протокол № 1

**Отметки о внесении изменений в программу:**

Лист изменений № _____	_____	_____	_____
	(подпись)	(руководитель ОПОП)	(дата)
Лист изменений № _____	_____	_____	_____
	(подпись)	(руководитель ОПОП)	(дата)
Лист изменений № _____	_____	_____	_____
	(подпись)	(руководитель ОПОП)	(дата)

**Разработчики:**

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

Программа дисциплины «Социальные аспекты формирования здорового образа жизни детей и молодежи» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование» (утверждён приказом Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2016 г. № 549) и базовому учебному плану по направлению подготовки 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование» (магистерская программа «Социально-педагогическое сопровождение и поддержка детей и молодежи»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВО «ВГСПУ» (от 29 августа 2016 г., протокол № 1).

## 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.

Профильной для данной дисциплины является педагогическая профессиональная деятельность.

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. Объём дисциплины и виды учебной работы**

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		2з / 2л
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	16	8 / 8
В том числе:		
Лекции (Л)	–	– / –
Практические занятия (ПЗ)	8	4 / 4
Лабораторные работы (ЛР)	8	4 / 4
<b>Самостоятельная работа</b>	52	52 / –
<b>Контроль</b>	4	4 / –
Вид промежуточной аттестации		ЗЧ / –
Общая трудоемкость	часы	64 / 8
	зачётные единицы	1.78 / 0.22

## **5. Содержание дисциплины**

### **5.1. Содержание разделов дисциплины**

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	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.
2	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.

### **5.2. Количество часов и виды учебных занятий по разделам дисциплины**

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	СРС	Всего
1	Здоровый образ жизни: общая характеристика	–	4	4	26	34

2	Проблемы охраны здоровья детей и молодежи в современном образовании	–	4	4	26	34
---	---	---	---	---	----	----

## **6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы**

### **6.1. Основная литература**

1. Мархоцкий, Я. Л. Валеология [Электронный ресурс] : учебное пособие / Я. Л. Мархоцкий ; Я. Л. Мархоцкий. - Минск : Вышэйшая школа, 2014. - 286 с. - ISBN 978-985-06-1880-1. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20063>. - По паролю. - ЭБС IPRbooks.

### **6.2. Дополнительная литература**

1. Энциклопедия педагогической валеологии (основные медико-психологические, эколого-социологические, педагогические и специальные термины, определения и понятия) [Электронный ресурс] / Х. М. Ахмадуллина [и др.] ; Х. М. Ахмадуллина. - Санкт-Петербург : Петрополис, 2014. - 432 с. - ISBN 978-5-9676-0248-1. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20353>. - По паролю. - ЭБС IPRbooks..

2. Шалагинова, И. Г. Групповые тренинги как форма интерактивных занятий по валеологии [Электронный ресурс] : методическое пособие / И. Г. Шалагинова, В. Н. Клейменов ; И. Г. Шалагинова. - Калининград : Российский государственный университет им. Иммануила Канта, 2005. - 27 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23774>. - По паролю. - ЭБС IPRbooks.

## **7. Ресурсы Интернета**

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. Википедия – свободная энциклопедия. – URL: <http://ru.wikipedia.or>.
2. Электронная гуманитарная библиотека. – URL: <http://www.gumfak.ru>.
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – URL: <http://elibrary.ru>.

## **8. Информационные технологии и программное обеспечение**

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости):

1. Офисный пакет (Microsoft Office или Open Office).

## **9. Материально-техническая база**

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Социальные аспекты формирования здорового образа жизни детей и молодежи» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Аудитории для проведения лекционных и лабораторных занятий, оснащенные стандартным набором учебной мебели, учебной доской.
2. Методический, наглядный и раздаточный материал для организации групповой и индивидуальной работы обучающихся.

## **10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Дисциплина «Социальные аспекты формирования здорового образа жизни детей и молодежи» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору. Программой дисциплины предусмотрено проведение практических занятий и лабораторных работ. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета, .

Практические занятия являются формой организации педагогического процесса, направленной на углубление научно-теоретических знаний и овладение методами работы, в процессе которых вырабатываются умения и навыки выполнения учебных действий в сфере изучаемой науки. Практические занятия предполагают детальное изучение обучающимися отдельных теоретических положений учебной дисциплины. В ходе практических занятий формируются умения и навыки практического применения теоретических знаний в конкретных ситуациях путем выполнения поставленных задач, развивается научное мышление и речь, осуществляется контроль учебных достижений обучающихся.

При подготовке к практическим занятиям необходимо ознакомиться с теоретическим материалом дисциплины по изучаемым темам – разобрать конспекты лекций, изучить литературу, рекомендованную преподавателем. Во время самого занятия рекомендуется активно участвовать в выполнении поставленных заданий, задавать вопросы, принимать участие в дискуссиях, аккуратно и своевременно выполнять контрольные задания.

Лабораторная работа представляет собой особый вид индивидуальных практических занятий обучающихся, в ходе которых используются теоретические знания на практике, применяются специальные технические средства, различные инструменты и оборудование. Такие работы призваны углубить профессиональные знания обучающихся, сформировать умения и навыки практической работы в соответствующей отрасли наук. В процессе лабораторной работы обучающийся изучает практическую реализацию тех или иных процессов, сопоставляет полученные результаты с положениями теории, осуществляет интерпретацию результатов работы, оценивает возможность применения полученных знаний на практике.

При подготовке к лабораторным работам следует внимательно ознакомиться с теоретическим материалом по изучаемым темам. Необходимым условием допуска к лабораторным работам, предполагающим использованием специального оборудования и материалов, является освоение правил безопасного поведения при проведении соответствующих работ. В ходе самой работы необходимо строго придерживаться плана работы, предложенного преподавателем, фиксировать промежуточные результаты работы для отчета по лабораторной работе.

Контроль за качеством обучения и ходом освоения дисциплины осуществляется на основе рейтинговой системы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов. Рейтинговая система предполагает 100-балльную оценку успеваемости студента по учебной дисциплине в течение семестра, 60 из которых отводится на текущий контроль, а 40 – на промежуточную аттестацию по дисциплине. Критериальная база рейтинговой оценки, типовые контрольные задания, а также методические материалы по их применению описаны в фонде оценочных средств по дисциплине, являющемся приложением к данной программе.

## **11. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

Самостоятельная работа обучающихся является неотъемлемой частью процесса обучения в вузе. Правильная организация самостоятельной работы позволяет обучающимся развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивает высокий уровень успеваемости в период обучения, способствует формированию навыков совершенствования профессионального мастерства.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время включает в себя подготовку к аудиторным занятиям, а также изучение отдельных тем, расширяющих и углубляющих представления обучающихся по разделам изучаемой дисциплины. Такая

работа может предполагать проработку теоретического материала, работу с научной литературой, выполнение практических заданий, подготовку ко всем видам контрольных испытаний, выполнение творческих работ.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в рабочей программе и включает в себя:

- рекомендуемую основную и дополнительную литературу;
- информационно-справочные и образовательные ресурсы Интернета;
- оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Конкретные рекомендации по планированию и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Социальные аспекты формирования здорового образа жизни детей и молодежи» представлены в методических указаниях для обучающихся, а также в методических материалах фондов оценочных средств.

## **12. Фонд оценочных средств**

Фонд оценочных средств, включающий перечень компетенций с указанием этапов их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания и методические материалы является приложением к программе учебной дисциплины.