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

Программа учебной дисциплины

Направление 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»

Профиль «Психология и социальная педагогика»

заочная форма обучения

Волгоград
2016

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

Заведующий кафедрой _____ Бородаева Л.Г. «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 Бородаева Л.Г. _____ «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» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование» (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14 декабря 2015 г. № 1457) и базовому учебному плану по направлению подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование» (профиль «Психология и социальная педагогика»), 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» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору.

Профильной для данной дисциплины является социально-педагогическая профессиональная деятельность.

Для освоения дисциплины «Социальные аспекты формирования здорового образа жизни» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Безопасность жизнедеятельности», «Теории обучения и воспитания», «Физическая культура и спорт», «Социальная политика», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Клиническая психология детей и подростков», «Содействие занятости и трудоустройству молодёжи», «Социально-педагогическая работа в условиях детского дома, приюта», «Социально-педагогическая работа с детьми, лишёнными родительского попечительства», «Социально-психологическая служба образовательного учреждения», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», прохождения практики «Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков (ознакомительная)».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

– способностью использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства (ОПК-12);

– готовностью выстраивать профессиональную деятельность на основе знаний об устройстве системы социальной защиты детства (ПК-19).

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
Аудиторные занятия (всего)	10	10
В том числе:		
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия (ПЗ)	–	–
Лабораторные работы (ЛР)	6	6
Самостоятельная работа	94	94
Контроль	4	4
Вид промежуточной аттестации		ЗЧО
Общая трудоемкость часы	108	108
зачётные единицы	3	3

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	2	–	3	47	52
2	Проблемы охраны здоровья детей и молодежи в	2	–	3	47	52

	современном образовании					

6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

6.1. Основная литература

1. Вайнер, Э. Н. Валеология [Текст] : учебник для студентов вузов, обучающихся по направлению 050600 - Педагогика / Э. Н. Вайнер. - 9-е изд. - М. : Флинта: Наука, 2011. - 425,[1] с. : ил., табл. - Библиогр. в конце разд. - ISBN 978-5-89349-329-0 (Флинта);978-5-02-013095-19(Наука); 38 экз. : 90-00..

2. 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» 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» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору. Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций и проведение лабораторных работ. Промежуточная аттестация проводится в форме аттестации с оценкой.

Лекционные занятия направлены на формирование глубоких, систематизированных знаний по разделам дисциплины. В ходе лекций преподаватель раскрывает основные, наиболее сложные понятия дисциплины, а также связанные с ними теоретические и практические проблемы, даёт рекомендации по практическому освоению изучаемого материала. В целях качественного освоения лекционного материала обучающимся рекомендуется составлять конспекты лекций, использовать эти конспекты при подготовке к практическим занятиям, промежуточной и итоговой аттестации.

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» 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.