

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## 1. Цель освоения дисциплины

Формирование валеологической культуры студентов.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности» относится к вариативной части блока дисциплин.

Для освоения дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Физическая культура и спорт», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

## 3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

– способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7).

### В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

#### *знать*

- сущностные характеристики понятия "здоровье";
- основные проблемы, связанные с сохранением и укреплением здоровья школьника в рамках образовательного процесса;

#### *уметь*

- проводить сопоставительный анализ степени влияния различных факторов на индивидуальное здоровье и продолжительность жизни человека;
- проектировать образовательный процесс с использованием современных здоровьесберегающих технологий;

#### *владеть*

- проводить сопоставительный анализ степени влияния различных факторов на индивидуальное здоровье и продолжительность жизни человека;
- навыками анализа и творческой переработки информации о путях сохранения и улучшения здоровья обучающихся и педагогов.

## 4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 2,

общая трудоёмкость дисциплины в часах – 72 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 8 ч., СРС – 60 ч.),

распределение по семестрам – 2 курс, лето,

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

## 5. Краткое содержание дисциплины

Здоровье как центральное понятие здоровьесберегающей педагогики.

Понятие «здоровье». Факторы, влияющие на индивидуальное здоровье человека.

Окружающая среда и здоровье человека Здоровый образ жизни (ЗОЖ) и его

основополагающие положения, принципы, структура

Проблемное поле социальной валеологии и технологии ее реализации.

Анализ состояния здоровья населения России. Проблемное поле социальной валеологии.

Образовательные здоровьесберегающие технологии. Технологии, направленные на укрепления психологического здоровья детей и подростков. Технологии профилактики социально-психологических зависимостей. Технологии, направленные на укрепление психологического здоровья и профилактику профессионального выгорания

## **6. Разработчик**

Грибанова Ольга Викторовна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры эколого-биологического образования и медико-педагогических дисциплин ФГБОУ ВО "ВГСПУ".