

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»  
Факультет психолого-педагогического и социального образования  
Кафедра эколого-биологического образования и медико-педагогических  
дисциплин

«УТВЕРЖДАЮ»  
Проректор по учебной работе  
Ю. А. Жадаев  
« 20 » 2022 г.



## **Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности**

**Программа учебной дисциплины**

Направление 39.03.02 «Социальная работа»

Профиль «Социальная работа в системе социальных служб»

*очная форма обучения*

Волгоград  
2022

Обсуждена на заседании кафедры эколого-биологического образования и медико-педагогических дисциплин

«12» мая 2022 г., протокол № 7

Заведующий кафедрой

[подпись]  
(подпись)

А.А.А.А.А.  
(зав. кафедрой)

«12» мая 2022 г.  
(дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета факультета психолого-педагогического и социального образования «16» мая 2022 г., протокол № 6

Председатель учёного совета

[подпись]  
(подпись)

«16» мая 2022 г.  
(дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»

«30» мая 2022 г., протокол № 13

#### 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:

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

Программа дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 39.03.02 «Социальная работа» (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 февраля 2018 г. N 76) и базовому учебному плану по направлению подготовки 39.03.02 «Социальная работа» (профиль «Социальная работа в системе социальных служб»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВО «ВГСПУ» (от 30 мая 2022 г., протокол № 13).

## 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. Объём дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы                | Всего часов | Семестры |
|-----------------------------------|-------------|----------|
|                                   |             | 6        |
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b> | 8           | 8        |
| В том числе:                      |             |          |
| Лекции (Л)                        | 4           | 4        |
| Практические занятия (ПЗ)         | 4           | 4        |
| Лабораторные работы (ЛР)          | –           | –        |
| <b>Самостоятельная работа</b>     | 60          | 60       |

|                              |                  |    |    |
|------------------------------|------------------|----|----|
| <b>Контроль</b>              |                  | 4  | 4  |
| Вид промежуточной аттестации |                  |    | ЗЧ |
| Общая трудоемкость           | часы             | 72 | 72 |
|                              | зачётные единицы | 2  | 2  |

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1. Содержание разделов дисциплины

| № п/п | Наименование раздела дисциплины                                  | Содержание раздела дисциплины   |
|-------|--|---|
| 1     | 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  |
| 2     | 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 |

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

| № п/п | Наименование раздела дисциплины                                  | Лекц. | Практ. зан. | Лаб. зан. | СРС | Всего |
|-------|--|-------|-------------|-----------|-----|-------|
| 1     | Здоровье как центральное понятие здоровьесберегающей педагогики  | –     | –           | –         | 10  | 10    |
| 2     | Проблемное поле социальной валеологии и технологии ее реализации | 4     | 4           | –         | 50  | 58    |

## 6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### 6.1. Основная литература

1. Бомин, В. А. Здоровьесберегающие технологии в сохранении и формировании здоровья студентов [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / В. А. Бомин, К. В. Сухина ; В. А. Бомин. - Иркутск : Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры ; спорта ; молодёжи и туризма ; Иркутская государственная сельскохозяйственная академия, 2011. - 156 с..

2. 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. 40 экз. : 90-00..

3. Пискунов, В. А. Здоровый образ жизни [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. А. Пискунов, М. Р. Максинаева, Л. П. Тупицына ; В. А. Пискунов. - Москва : Прометей ;

## **6.2. Дополнительная литература**

1. Марков, В. В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней : учеб. пособие для студентов пед. вузов / В. В. Марков. - М. : Академия, 2001. - 318,[2] с. : ил. - (Высшее образование). - Прил.: с. 307-309.- Библиогр.: с. 310-311. - ISBN 5-7695-0360-2; 26 экз.

## **7. Ресурсы Интернета**

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. Электронная библиотечная система IPRbooks. URL: <http://iprbookshop.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. Технологии обработки текстовой информации.
2. Технологии поиска информации в Интернете.

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

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Учебная аудитория для проведения практических занятий.
2. Учебная аудитория для проведения лекционных занятий.

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

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности» относится к вариативной части блока дисциплин. Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций и проведение практических занятий. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

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.

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.

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 «Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности» 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.