

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Институт фундаментальной медицины и биологии



подписано электронно-цифровой подписью

Программа дисциплины
Валеологическое воспитание Б1.В.ДВ.15

Направление подготовки: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Образование в области физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Автор(ы):

Абзалов Р.Р.

Рецензент(ы):

Абзалов Н.И.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Абзалов Н. И.

Протокол заседания кафедры No _____ от "_____" _____ 201__ г

Учебно-методическая комиссия Института фундаментальной медицины и биологии:

Протокол заседания УМК No _____ от "_____" _____ 201__ г

Регистрационный No 8494242519

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, д.н. (доцент) Абзалов Р.Р. кафедра теории и методики физической культуры, спорта и ЛФК Центр биологии и педагогического образования , RuRAbzalov@kpfu.ru

1. Цели освоения дисциплины

Цель дисциплины валеологическое воспитание - научить специалиста формировать хорошее здоровье у человека с первых дней его жизни, не только сохранить то, что дано природой, но и развить и приумножить. Принципы здорового образа жизни, как необходимое условие здоровья, должен усвоить и освоить каждый.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел "Б1.В.ДВ.15 Дисциплины (модули)" основной образовательной программы 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 2 курсе, 3 семестр.

Данная учебная дисциплина включена в блок 1 основной образовательной программы 44.03.05 Педагогическое образование и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 2 курсе, 3 семестр. Итоговая форма контроля зачет.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-5 (общекультурные компетенции)	способностью работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия
ОК-6 (общекультурные компетенции)	способностью к самоорганизации и самообразованию
ОК-7 (общекультурные компетенции)	использовать базовые правовые знания в различных сферах деятельности
ОК-9 (общекультурные компетенции)	способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
ОПК-4 (профессиональные компетенции)	готовностью к профессиональной деятельности в соответствии с нормативно-правовыми актами сферы образования
ОПК-6 (профессиональные компетенции)	готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся
ПК-3 (профессиональные компетенции)	способностью решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеучебной деятельности
ПК-6 (профессиональные компетенции)	готовностью к взаимодействию с участниками образовательного процесса

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ПК-9 (профессиональные компетенции)	способностью проектировать образовательные программы (ПК-8); способностью проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

- Содержание и формы работы педагога - валеолога;
- Цели и задачи валеологического воспитания;
- Основные закономерности развития природы и общества.

2. должен уметь:

уметь использовать в своей профессиональной деятельности полученные знания

3. должен владеть:

- системой знаний и представлений о человеке как существе духовном, как личности и индивидуальности;
- системой знаний о закономерностях и принципах образовательного процесса и уметь использовать их в своей профессиональной деятельности;
- системой знаний о взаимосвязях физического, психического и социального здоровья человека и общества;

4. должен демонстрировать способность и готовность:

- применять полученные знания на практике

4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы) 72 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: зачет в 3 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Валеология - учение о здоровье и здоровом образе жизни Валеология как межнаучное направление познаний о здоровье человека, о путях его						

жизнедеятельности.

3

4

6

0

Устный опрос

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практи- ческие занятия	Лабора- торные работы	
2.	Тема 2. Классификация валеологии, валеологическое воспитание.	3		4	4	0	Устный опрос
3.	Тема 3. Основные направления валеологической деятельности педагога Основные направления валеологической деятельности педагога.	3		4	10	0	Контрольная работа
.	Тема . Итоговая форма контроля	3		0	0	0	Зачет
	Итого			12	20	0	

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Валеология - учение о здоровье и здоровом образе жизни Валеология как межнаучное направление познаний о здоровье человека, о путях его жизнедеятельности.

лекционное занятие (4 часа(ов)):

Валеология - учение о здоровье и здоровом образе жизни.

практическое занятие (6 часа(ов)):

Педагогическая валеология как наука. Валеологический анализ факторов здоровья. Компоненты ЗОЖ. Культура здоровья. Двигательная активность и здоровье.

Тема 2. Классификация валеологии, валеологическое воспитание.

лекционное занятие (4 часа(ов)):

Основные понятия педагогической валеологии: валеологическое образование, валеологическое обучение, валеологическое воспитание, валеологические знания, валеологическая культура.

практическое занятие (4 часа(ов)):

Основные понятия педагогической валеологии: валеологическое образование, валеологическое обучение, валеологическое воспитание, валеологические знания, валеологическая культура.

Тема 3. Основные направления валеологической деятельности педагога Основные направления валеологической деятельности педагога.

лекционное занятие (4 часа(ов)):

Формирование ценностного отношения к здоровью всех участников педагогического процесса. Формирование валеологической культуры педагогов, учащихся и их родителей.

практическое занятие (10 часа(ов)):

Внедрение традиций, пропагандирующих и способствующих здоровому образу жизни.

4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Валеология - учение о здоровье и здоровом образе жизни Валеология как межнаучное направление познаний о здоровье человека, о путях его жизнедеятельности.	3		подготовка к устному опросу	10	Устный опрос
2.	Тема 2. Классификация валеологии, валеологическое воспитание.	3		подготовка к устному опросу	10	Устный опрос
3.	Тема 3. Основные направления валеологической деятельности педагога Основные направления валеологической деятельности педагога.	3		подготовка к контрольной работе	20	Контрольная работа
	Итого				40	

5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

В ходе освоения дисциплины при проведении аудиторных занятий используются следующие образовательные технологии: лекции, практические и семинарские занятия с использованием интерактивных форм проведения. Интерактивная фронтальная работа. Фронтальная работа как одна из наиболее распространённых форм обучения ориентирована на одновременное взаимодействие преподавателя с большими группами обучающихся, которые в соответствии с учебной программой работают над единой задачей. Наиболее подходящими для интерактивного обмена информацией и знаниями для данного курса являются: лекция-беседа, или 'диалог с аудиторией'. Эта лекция предполагает непосредственный контакт преподавателя с аудиторией.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Тема 1. Валеология - учение о здоровье и здоровом образе жизни Валеология как межнаучное направление познаний о здоровье человека, о путях его жизнедеятельности.

Устный опрос , примерные вопросы:

1. Психологические основы здоровья. 2. Инфекционные заболевания и их профилактика.
3. Стресс и адаптация.

Тема 2. Классификация валеологии, валеологическое воспитание.

Устный опрос , примерные вопросы:

Реализация здоровьесберегающих образовательных технологий в учебно-воспитательном процессе 2. Оздоровительные мероприятия в образовательном учреждении 3-4. Мониторинг здоровья школьников 5-6. Здоровьесберегающие мероприятия

Тема 3. Основные направления валеологической деятельности педагога Основные направления валеологической деятельности педагога.

Контрольная работа , примерные вопросы:

Подготовка к контрольной работе.

Итоговая форма контроля

зачет (в 3 семестре)

Примерные вопросы к итоговой форме контроля

Примерные вопросы к зачету:

1. Валеология. Основные понятия валеологии.
2. Предпосылки возникновения валеологии
3. Место валеологии в системе наук.
4. Классификация валеологии.
5. Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни.
6. Генетические факторы здоровья.
7. Влияние состояния окружающей среды на здоровье человека
8. Медицинское обеспечение и здоровье человека.
9. Влияние условий и образа жизни на здоровье человека.
10. Валеологический анализ здоровья и болезней.
11. Генотипические аспекты человека.
12. Возрастные аспекты человека.
13. Половые аспекты человека.
14. Сущность понятия "здоровья".
15. Физическое здоровье и его мониторинг.
16. Психическое здоровье и критерии оценки психического здоровья.
17. Социальное здоровье и социальная защита детей.
18. ЗОЖ. Общая характеристика.
19. Мотивы формирования здорового образа жизни.
20. Критерии определения здоровья детей и подростков.
21. Личная гигиена (рациональный суточный режим; уход за телом и полостью рта; гигиена одежды и обуви).
22. Правильное питание
23. Закаливание. Закаливание детей.
24. Вредные привычки.
25. Объект, предмет, задачи и принципы педагогической валеологии.
26. Основные понятия педагогической валеологии.
27. Основные концепции педагогической валеологии.
28. Валеологический статус современного учителя: состояние здоровья; уровень компетентности.

29. Валеологическое обеспечение профессиональной деятельности учителей: формирование валеологической мотивации; физическое совершенствование; психологическая подготовка.
30. Методика валеологического самоанализа.
31. Валеологическая служба образовательного учреждения
32. Основные направления валеологической деятельности социального педагога.

7.1. Основная литература:

1. Валеология: словарь терминов и понятий / Э.М. Прохорова. - М.: ИНФРА-М, 2012. - 111 с.: 60x88 1/16. - (Библиотека малых словарей 'ИНФРА-М'). (обложка) ISBN 978-5-16-004946-5 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/242979>
2. Валеология: Учебный практикум/Вайнер Э. Н., Волынская Е. В., 2-е изд. - М.: Флинта, 2012. - 312 с.: ISBN 978-5-89349-387-0 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/331822>
- Мархоцкий, Я.Л. Валеология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Я.Л. Мархоцкий. - 2-е изд. - Минск: Выш. шк., 2010. - 286 с.: ил. - ISBN 978-985-06-1880-1. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/507145>
3. Валеология: Учебное пособие / Э.М. Прохорова; Российский государственный университет туризма и сервиса (ГОУВПО 'РГУТИС'). - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 255 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование). ISBN 978-5-16-003569-7 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/437288>

7.2. Дополнительная литература:

1. Воспитатель в дошкольных образовательных организациях. Физическое воспитание дошкольников : учеб. пособие / М.М. Борисова, Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова ; под ред. С.А. Козловой. ? 2-е изд., перераб. и доп. ? М. : ИНФРА-М, 2018. ? 508 с. ? (Практическая педагогика). - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/952294>
2. Духовно-нравственное воспитание [Электронный ресурс] : научно-просветительский журнал. - М. : Шк. Пресса, 2018. - 1. - 80 с. - ISSN 2074-5001. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/1016578>
- Черемисинов, В.Н. Валеология : учеб. пособие для студ. вузов / В. Н. Черемисинов .? М. : Физическая культура, 2005 .? 144 с.
- Валеология: Учебное пособие / Э.М. Прохорова; Российский государственный университет туризма и сервиса (ГОУВПО 'РГУТИС'). - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 255 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование). ISBN 978-5-16-003569-7 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/437288>

7.3. Интернет-ресурсы:

- Анатомия и физиология человека. часть 1 - 2 - -
<http://video.yandex.ru/users/arni-raj/view/145/?cauthor=vad44&cid=6>
- ВВС: Паразиты в организме человека / ВВС: Body snatchers. часть 2 -
<http://video.yandex.ru/users/arni-raj/view/145/?cauthor=vad44&cid=6>
- Твой выбор курить или нет! - <http://video.yandex.ru/users/arni-raj/view/145/?cauthor=vad44&cid=6>
- Фильм о Здоровом Образе Жизни: ?Друг? - ?Друг? -
<http://trezv.org/blog/filmy-o-zdorovom-obraze-zhizni.html>
- Энергетические Вампиры - <http://video.yandex.ru/users/arni-raj/view/145/?cauthor=vad44&cid=6>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Валеологическое воспитание" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Компьютерный класс, представляющий собой рабочее место преподавателя и не менее 15 рабочих мест студентов, включающих компьютерный стол, стул, персональный компьютер, лицензионное программное обеспечение. Каждый компьютер имеет широкополосный доступ в сеть Интернет. Все компьютеры подключены к корпоративной компьютерной сети КФУ и находятся в едином домене.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Экран, проектор на штативе.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" и профилю подготовки Образование в области физической культуры и безопасности жизнедеятельности .

Автор(ы):

Абзалов Р.Р. _____

"__" _____ 201__ г.

Рецензент(ы):

Абзалов Н.И. _____

"__" _____ 201__ г.