

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Мурманский арктический государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «МАГУ»)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ДВ.03.02 Программа «Образование и здоровье школы»**

(название дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом)

**основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки**

**44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
Направленность (профили) Физическая культура. Дополнительное образование  
(физкультурно-оздоровительная, спортивная и туристско-рекреационная дея-  
тельность)**

(код и наименование направления подготовки  
с указанием направленности (наименования магистерской программы))

**высшее образование – бакалавриат**

уровень профессионального образования: высшее образование – бакалавриат / высшее образование –  
специалитет, магистратура / высшее образование – подготовка кадров высшей квалификации

**бакалавр**

квалификация

**очная**

форма обучения

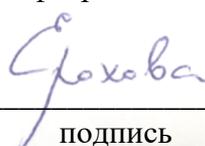
**2023**

год набора

**Составитель(и):** (указывается ФИО,  
ученое звание, степень, должность)  
Ерохова Н.В., канд.пед.наук, доцент,  
зав. кафедрой физической культуры,  
спорта и безопасности жизнедея-  
тельности

Утверждена на заседании кафедры  
физической культуры, спорта и безопасности  
жизнедеятельности факультета  
физической культуры и безопасности жизне-  
деятельности  
(протокол № 9 от 15.03.2023 г.)

Зав. кафедрой



подпись

Ерохова Н.В.  
Ф.И.О.

**1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)** - получение студентами специальных знаний в области здоровьесберегающих технологий в современной школе.

**2. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.**

В результате освоения дисциплины (модуля) формируются следующие компетенции:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ПК-5. Способен использовать современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья.

ПК-6. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.

ПК-7. Способен организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том числе дистанционных.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Компетенция	Индикаторы компетенций	Результаты обучения
<p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. УК-7.2. Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>	<p><b>Знать:</b> -сущность здоровьесберегающих технологий, их отличительные особенности; - основные стратегии и подходы обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся</p> <p><b>Уметь:</b> - применять полученные знания при организации урочных и внеурочных занятий физической культурой</p> <p><b>Владеть:</b> - основными навыками охраны жизни и здоровья обучающихся в образовательном учреждении; - средствами и методами организации физкультурно-спортивной деятельности с позиций здоровьесбережения</p>
<p>ПК-5. Способен использовать современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p>	<p>ПК-5.1. Знает специальные методики и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. ПК-5.2. Выбирает спо-</p>	<p><b>Знать:</b> -сущность здоровьесберегающих технологий, их отличительные особенности; - основные стратегии и подходы обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся</p> <p><b>Уметь:</b></p>

	<p>события оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей.</p>	<p>- применять полученные знания при организации урочных и внеурочных занятий физической культурой</p> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основными навыками охраны жизни и здоровья обучающихся в образовательном учреждении;</li> <li>- средствами и методами организации физкультурно-спортивной деятельности с позиций здоровьесбережения</li> </ul>
<p>ПК-6. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.</p>	<p>ПК-6.1. Применяет меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.</p> <p>ПК-6.2. Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся.</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сущность здоровьесберегающих технологий, их отличительные особенности;</li> <li>- основные стратегии и подходы обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять полученные знания при организации урочных и внеурочных занятий физической культурой</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основными навыками охраны жизни и здоровья обучающихся в образовательном учреждении;</li> <li>- средствами и методами организации физкультурно-спортивной деятельности с позиций здоровьесбережения</li> </ul>
<p>ПК-7. Способен организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том числе дистанционных.</p>	<p>ПК-7.1. Разрабатывает образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями.</p> <p>ПК-7.2. Формирует средства контроля качества учебно-воспитательного процесса.</p> <p>ПК-7.3. Разрабатывает план коррекции образовательного процесса в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сущность здоровьесберегающих технологий, их отличительные особенности;</li> <li>- основные стратегии и подходы обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять полученные знания при организации урочных и внеурочных занятий физической культурой</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основными навыками охраны жизни и здоровья обучающихся в образовательном учреждении;</li> <li>- средствами и методами организации физкультурно-</li> </ul>

		спортивной деятельности с позиций здоровьесбережения
--	--	--

### 3. УКАЗАНИЕ МЕСТА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.

Дисциплина «Программа «Образование и здоровье школы»» относится к части программы, формируемой участниками образовательных отношений.

### 4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы или 108 часов (из расчета 1 ЗЕТ= 36 часов).

Курс	Семестр	Трудоемкость в ЗЕТ	Общая трудоемкость (час.)	Контактная работа			Всего контактных часов	Из них в интерактивной форме	Кол-во часов на СРС	Курсовые работы	Кол-во часов на контроль	Форма контроля
				ЛК	ПР	ЛБ						
3	5	3	108	12	24	-	36	-	72	-	-	зачет
ИТОГО в соответствии с учебным планом												
<b>Итого:</b>		3	108	12	24	-	36	-	72	-	-	зачет

В интерактивных формах часы используются в виде дискуссий.

### 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ.

№ п/п	Наименование раздела, темы	Контактная работа			Всего контактных часов	Из них в интерактивной форме	Кол-во часов на СРС	Кол-во часов на контроль
		ЛК	ПР	ЛБ				
1	Современная школа и здоровье обучающихся	2	6	-	8	-	18	-
2	Стратегии здоровьесбережения обучающихся	2	6	-	8	-	18	-

3	Здоровьесберегающие технологии организации учебного процесса	4	6	-	10	-	18	-
4	Здоровье обучающихся, проживающих в условиях Кольского Заполярья	4	6	-	10	-	18	-
	Зачет	-	-	-	-	-	-	-
	<b>ИТОГО:</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	<b>-</b>	<b>36</b>	<b>-</b>	<b>72</b>	<b>-</b>

### Содержание дисциплины (модуля)

#### Тема 1. Современная школа и здоровье обучающихся

Состояние здоровья школьников Российской Федерации. Влияние процесса обучения и его интенсификации на здоровье обучающихся. Психофизиологические основы учебного труда.

#### Тема 2. Стратегии здоровьесбережения обучающихся

Подходы к сохранению и укреплению здоровья обучающихся. Здоровьесберегающая педагогика.

#### Тема 3. Здоровьесберегающие технологии организации учебного процесса

Гигиенические условия обеспечения учебного процесса. Организация питания школьников. Рациональная организация учебного процесса. Анализ уроков с позиции здоровьесбережения. Режим двигательной активности школьников. Профилактика школьных болезней.

#### Тема 4. Здоровье обучающихся, проживающих в условиях Кольского Заполярья

Социально-биологические основы здорового образа жизни школьников Кольского Заполярья. Составляющие полярного климата. Адаптация к природно-климатическим условиям Севера. Программа здоровья школьников, проживающих в условиях Кольского Заполярья

### 6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМОГО ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).

#### Основная литература:

1. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для академического бакалавриата / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 282 с. <https://biblio-online.ru/viewer/E4E45D47-D530-4373-9028-969E806C052F/zdorovesberegayuschie-tehnologii-v-obrazovanii#page/1>

2. Аксенова, Л. И. Ранняя помощь детям с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие для СПО / Л. И. Аксенова. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 377 с. <https://biblio-online.ru/viewer/C265F583-BABB-4E3D-90A8-FEA7DC4C708E/rannyyaya-pomosch-detyam-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya#page/1>

3. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 285 с. <https://biblio-online.ru/viewer/4F3C7034-BB79-449D-9C7C-618F313A2BF8/ozdorovitelnye-tehnologii-fizicheskogo-vozpitaniya-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta#page/1>

4. Тихомирова, Л. Ф. Здоровьесберегающая педагогика : учебник для академического бакалавриата / Л. Ф. Тихомирова, Т. В. Макеева. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 251 с. <https://biblio-online.ru/viewer/E5BD91C2-180B-4D73-AE31-F74B81F6A605/zdorovesberegayuschaya-pedagogika#page/1>

#### **Дополнительная литература:**

5. Артюхина, Н. А. Воспитываем детей здоровыми : [закаливание] / Н. А. Артюхина // Дошкольная педагогика. - 2016. - № 9. - С. 4-6.

6. Жбанова, Е. В. Программа "Береги свое здоровье" на 2014-2018 гг. / Е. В. Жбанова // Классный руководитель. - 2016. - № 8. - С. 84-90.

7. Здоровьесберегающие технологии как средство создания эмпирической модели учителя будущего / Б. Н. Чумаков [и др.] // Биология в школе. - 2016. - № 7. - С. 13-22.

8. Рыдзе, О. А. Здоровьесберегающие технологии обучения младших школьников / О. А. Рыдзе // Начальное образование. - 2016. - № 6. - С. 23-29.

### **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

В образовательном процессе используются:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (учебная мебель, перечень технических средств обучения - ПК, оборудование для демонстрации презентаций, наглядные пособия);

- помещения для самостоятельной работы (оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета);

- помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

#### **7.1 ПЕРЕЧЕНЬ ЛИЦЕНЗИОННОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ:**

1. Microsoft Office
2. Coral Draw

#### **7.2 ЭЛЕКТРОННО-БИБЛИОТЕЧНЫЕ СИСТЕМЫ:**

ЭБС «Издательство Лань» [Электронный ресурс]: электронная библиотечная система / ООО «Издательство Лань». – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>;

ЭБС «Электронная библиотечная система ЮРАЙТ» [Электронный ресурс]: электронная библиотечная система / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/>;

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [Электронный ресурс]: электронно-периодическое издание; программный комплекс для организации онлайн-доступа к лицензионным материалам / ООО «НексМедиа». – Режим доступа: <https://biblioclub.ru/>.

#### **7.3 СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ**

1. Информационно-аналитическая система SCIENCE INDEX
2. Электронная база данных Scopus

#### **7.4. ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ**

1. Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс <http://www.consultant.ru/>

2. ООО «Современные медиа технологии в образовании и культуре». <http://www.informio.ru/>

## **8. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И МАТЕРИАЛЫ НА УСМОТРЕНИЕ ВЕДУЩЕЙ КАФЕДРЫ**

Не предусмотрено.

## **9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ**

Для обеспечения образования инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья реализация дисциплины может осуществляться в адаптированном виде, с учетом специфики освоения и дидактических требований, исходя из индивидуальных возможностей и по личному заявлению обучающегося.