

**Министерство просвещения Российской Федерации**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева»

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ 2023 г.

**Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми с  
ограниченными возможностями здоровья  
рабочая программа дисциплины (модуля)**

Закреплена за кафедрой	<b>Дошкольной педагогики и психологии образования</b>		
Учебный план	44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование профиль "Дошкольная дефектология"		
Квалификация	<b>бакалавр</b>		
Форма обучения	<b>очная</b>		
Общая трудоемкость	<b>1 ЗЕТ</b>		
Часов по учебному плану	36	Виды контроля в семестрах:	
в том числе:		зачеты 8	
аудиторные занятия	16		
самостоятельная работа	20		

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	8 (4.2)		Итого	
	уп	рп		
Неделя	11	4/6		
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	8	8	8	8
Практические	8	8	8	8
Итого ауд.	16	16	16	16
Контактная работа	16	16	16	16
Сам. работа	20	20	20	20
Итого	36	36	36	36

Программу составил(и):

кандидат психологических наук, доцент, Велиева Светлана Витальевна \_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины

**Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 123)

составлена на основании учебного плана:

44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование профиль "Дошкольная дефектология"

утвержденного учёным советом вуза от 26.05.2023 протокол № 10.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Дошкольной педагогики и психологии образования**

Зав. кафедрой Баранова Эльвира Авксентьевна

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

1.1	Цель дисциплины: формирование представлений о здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологиях и подходах в образовании, умений и навыков оказывать психологическое содействие оптимизации и здоровьесбережению в образовательной организации.
1.2	Задачи дисциплины:
1.3	- ознакомление с технологией составления, описания цели, планируемых результатов образовательной программы, разработки и экспертизы системы мероприятий по здоровьесбережению и здоровьесформированию обучающихся, в том числе с ОВЗ, на основе профессионального стандарта;
1.4	- формирование умения планировать и проводить здоровьесберегающие программы и мероприятия;
1.5	- овладение навыками проведения здоровьесберегающих программ и мероприятий по предотвращению социальных и психолого-педагогических рисков развития обучающихся и средствами оценки их эффективности

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

Цикл (раздел) ООП:	ФТД
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Научно-исследовательская работа
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	– технологию составления описания цели, планируемых результатов образовательной программы, разработки и экспертизы системы мероприятий по здоровьесбережению и здоровьесформированию обучающихся на основе профессионального стандарта.
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	– определять принципы, методы и подходы к процессам проектирования и реализации здоровьесберегающих программ; пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов работы по предотвращению социальных и психолого-педагогических рисков развития обучающихся;
3.2.2	– планировать и проводить здоровьесберегающие программы и мероприятия по предотвращению социальных и психолого-педагогических рисков развития обучающихся, оценивать и прогнозировать их эффективность.
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	– владения технологией и алгоритмом проектирования, отбора и структурирования содержания здоровьесберегающих образовательных программ с учетом планируемых образовательных результатов;
3.3.2	– проведения здоровьесберегающих программ и мероприятий по предотвращению социальных и психолого-педагогических рисков развития обучающихся и средствами оценки их эффективности

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Пр. под.	Примечание
	Раздел 1. Здоровьесберегающие технологии в образовании						

1.1	Здоровьесберегающие технологии как условие и качественная характеристика образовательного процесса. «Здоровьеформирующие образовательные технологии». Основные компоненты и функции технологий, их классификация. Состояние здоровья как интегрированный критерий качества образования. Адаптационные ресурсы ребенка. Воспитание культуры здоровья детей раннего и дошкольного возраста. Здоровьесберегающие технологии воспитания культуры здоровья детей раннего и дошкольного возраста. Гендерный подход в обучении и воспитании. Здоровьесберегающая среда. Семья как основной ресурс формирования культуры здоровья. Здоровьесберегающие технологии адаптации детей к обучению в начальной школе /Лек/	8	8		Л1.2 Л1.4 Л1.6 Л1.7 Л1.10Л2.4 Л2.6 Л2.7 Л2.10 Л2.13 Л2.14 Л2.17 Л2.19 Э1 Э2	0	
1.2	Здоровьесберегающие технологии как условие и качественная характеристика образовательного процесса. «Здоровьеформирующие образовательные технологии». Основные компоненты и функции технологий, их классификация. Состояние здоровья как интегрированный критерий качества образования. Адаптационные ресурсы ребенка. Воспитание культуры здоровья детей раннего и дошкольного возраста. Здоровьесберегающие технологии воспитания культуры здоровья детей раннего и дошкольного возраста. Гендерный подход в обучении и воспитании. Здоровьесберегающая среда. Семья как основной ресурс формирования культуры здоровья. Здоровьесберегающие технологии адаптации детей к обучению в начальной школе /Ср/	8	4		Л1.2 Л1.4Л2.10 Л2.13 Л2.14 Л2.17 Э3 Э4	0	
	<b>Раздел 2. Современные здоровьесберегающие программы</b>						
2.1	Здоровьесберегающие программы, основанные на нейропсихологическом и телесно-ориентированном подходах. Здоровьесберегающие программы, направленные на формирование психогигиенических навыков. Развивающе-коррекционные программы, ориентированные на формирование и гармонизацию базовых составляющих психического развития ребенка. Система развивающе-коррекционной работы, базирующаяся на уровневом подходе к аффективной регуляции поведения и сознания. Здоровьесберегающие технологии, сосредоточенные на создании и поддержании оптимального психологического климата в образовательном учреждении и группе (классе). /Пр/	8	8		Л1.2 Л1.4Л2.6 Л2.10 Л2.13 Э5	0	

2.2	Здоровьесберегающие программы, основанные на нейропсихологическом и телесно-ориентированном подходах. Здоровьесберегающие программы, направленные на формирование психогигиенических навыков. Развивающе-коррекционные программы, ориентированные на формирование и гармонизацию базовых составляющих психического развития ребенка. Система развивающе-коррекционной работы, базирующаяся на уровневом подходе к аффективной регуляции поведения и сознания. Здоровьесберегающие технологии, сосредоточенные на создании и поддержании оптимального психологического климата в образовательном учреждении и группе (классе). /Ср/	8	2		Л1.6 Л1.10Л2.4 Л2.6 Л2.7 Л2.13 Э5 Э6 Э7	0	
	<b>Раздел 3. Психология здоровья</b>						
3.1	Понятие психического здоровья. Гармония личности. Здоровье и гармония. Психологическая устойчивость личности. Здоровье и образ жизни. /Ср/	8	8		Л1.1 Л1.3 Л1.8 Л1.9 Л1.12Л2.12 Л2.16 Л2.18 Э8 Э9	0	
	<b>Раздел 4. Введение в основы психогигиены</b>						
4.1	Психогигиена. Разделы психогигиены и их краткая характеристика. Психопрофилактика. Экстремальные состояния. Механизмы психологической защиты. /Ср/	8	6		Л1.5 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.5 Л2.8 Л2.9 Л2.11 Л2.15 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9	0	

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Примерные вопросы к зачету

1. Понятие о здоровьесберегающих технологиях.
2. Здоровьесберегающие программы.
3. Понятие, задачи и структура психогигиены.
4. Направления психогигиены.
5. Возрастная психогигиена.
6. Психогигиена труда и обучения.
7. Психогигиена быта.
8. Психогигиена семьи и половой жизни.
9. Психогигиена больного человека.
10. Методы психогигиены.
11. Психопрофилактика, связь с психогигиеной.
12. Исторический обзор становления психогигиены.
13. Психогигиеническая служба.
14. Виды и основные направления психопрофилактики.
15. Специфическая психогигиена.
16. Составление комплекса психогигиенических мер.
17. Психогигиена в трудных жизненных ситуациях.
18. Основные направления психопрофилактики на современном этапе.
19. Механизмы психологической защиты.
20. Психологическая защита в экстремальных ситуациях.
21. Понятие, виды, способы саморегуляции.
22. Социология интеллекта.
23. Понятие психического здоровья субъекта.
24. Здоровье как системное понятие.
25. Критерии психического и социального здоровья.

26.	Физическое, психическое и социальное здоровье.
27.	Адаптационные резервы организма.
28.	Здоровье и гармония.
29.	Гармония личности как гуманитарная проблема.
30.	Духовное бытие и смысл жизни личности.
31.	Психология профессионального здоровья.
32.	Вера как опора психологической устойчивости.
33.	Понятие «здоровый образ жизни».
34.	Концепция сексуального здоровья.
35.	Перинатальная психология и психотерапия.
36.	Внутренняя картина здоровья детей и подростков.
Критерии оценки степени сформированности компетенций результатов зачета при использовании традиционной системы оценивания	
100-балльная шкала	Оценка
60-100	Зачтено
ниже 60 баллов	Не зачтено

### 5.2. Темы письменных работ

Комплект тем для конспектирования
<p>Здоровьесберегающие технологии воспитания культуры здоровья детей раннего и дошкольного возраста.</p> <p>Гендерный подход в обучении и воспитании.</p> <p>Здоровьесберегающая среда.</p> <p>Семья как основной ресурс формирования культуры здоровья.</p> <p>Здоровьесберегающие технологии адаптации детей к обучению в начальной школе.</p> <p>Медико-профилактические технологии в дошкольном и школьном образовании.</p> <p>Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном и школьном образовании.</p> <p>Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка технологии в дошкольном и школьном образовании.</p> <p>Технологии здоровьесбережения педагогов в дошкольном и школьном образовании здоровьесбережения.</p> <p>Здоровьесберегающие образовательные технологии в дошкольном и школьном образовании.</p> <p>Технологии валеологического просвещения родителей технологии в дошкольном и школьном образовании.</p> <p>История становления и современное состояние.</p> <p>Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры.</p> <p>Определение психологи и здоровья и задачи исследования.</p> <p>Взаимосвязь здоровья с другими науками.</p> <p>Психологические факторы здоровья.</p> <p>Психогигиена труда.</p> <p>Психогигиена детей и подростков.</p> <p>Школьная психогигиена.</p> <p>Психогигиена пожилого старческого возраста.</p> <p>Психогигиена умственного труда.</p> <p>Психогигиена семьи.</p> <p>Психогигиена быта.</p>
Критерии оценивания конспекта
<p>«3 балла» – конспект составлен в срок, обучающийся полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из статьи, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.</p> <p>«2 балла» – конспект составлен чуть позже установленного срока (на 1-2 дня), обучающийся полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из статьи, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.</p> <p>«1 балл» – конспект выполнен формально, обучающийся излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал не последовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.</p>

### 5.3. Фонд оценочных средств

Примерный перечень вопросов к практическим занятиям
<p>Раздел 2. Современные здоровьесберегающие программы</p> <p>Тема 1. Здоровьесберегающие программы для детей раннего, дошкольного и младшего школьного возраста</p> <p>Здоровьесберегающие программы, основанные на нейропсихологическом и телесно-ориентированном подходах.</p> <p>Здоровьесберегающие программы, направленные на формирование психогигиенических навыков.</p> <p>Развивающе-коррекционные программы, ориентированные на формирование и гармонизацию базовых составляющих</p>

психического развития ребенка.

Система развивающе-коррекционной работы, базирующаяся на уровненом подходе к аффективной регуляции поведения и сознания.

Здоровьесберегающие технологии, сосредоточенные на создании и поддержании оптимального психологического климата в образовательном учреждении и группе (классе).

Раздел 3. Психология здоровья

Тема 2. Здоровье и образ жизни

Понятие психического здоровья.

Гармония личности.

Здоровье и гармония.

Психологическая устойчивость личности.

Понятие и виды образа жизни.

Здоровый образ жизни.

Критерии оценивания (в баллах)

Количество баллов Критерии оценки

3 балла 1) обучающийся полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий; 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; 3) излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

2 балла обучающийся дает ответ, удовлетворяющий основным требованиям, но допускает 1-2 ошибки, которые сам же и исправляет, и 1-2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого

1,5 балла обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал не последовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

0,5 балла обучающийся обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Эта оценка отмечает такие недостатки в подготовке, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Фонды тестовых заданий

Уровень А – вопросы с одним ответом

1. Психология здоровья – это: а) наука о предупреждении возникновения психических расстройств; б) наука о причинах возникновения заболеваний и их профилактике; в) наука об индивидуальном здоровье человека; г) наука о психологических причинах здоровья, о методах и средствах его сохранения, укрепления и развития; ретроспективная наука, которая ищет причины уже существующей болезни.

2. В рамках «Психологии здоровья» психическое здоровье рассматривается как: а) присутствие определенного ряда достоинств в структуре личности, как способность к постоянному развитию и обогащению личности; б) отсутствие недостатков в структуре личности; в) отсутствие признаков дезадаптации; г) отсутствие каких-либо психических нарушений у человека.

3. Биопсихосоциальная модель развития заболеваний предложена: а) З. Фрейдом в начале XX столетия; б) Гиппократом в V в. до н. э.; в) В. Н. Мясищевым в 50-х гг. XX столетия; г) Д. Энджелом в 70-х гг. XX столетия; д) В. М. Бехтеревым в начале XX столетия.

4. Объектом психологии здоровья как науки является: а) «больная» личность; б) «здоровая» личность; в) «выздоровливающая» личность; г) личность непосредственно перед тем, как заболеть.

5. Исходно словосочетание «личностный рост» было предложено: а) К. Роджерсом; б) А. Маслоу; в) Б. Г. Ананьевым; г) А. Линкольном; д) Сократом.

Уровень Б – вопрос с точным ответом (ответом на вопрос будет слово, словосочетание или число)

1. Концепция алекситимии дословно обозначает...

2. Наука об измерении здоровья называется...

3. Согласно принятой модели биопсихосоциального происхождения заболеваний человека, ответственность за болезнь лежит на...

4. Психология здоровья – это наука о ... причинах здоровья, о методах и средствах его сохранения, укрепления и развития.

5. ... – это отклонение от программы, записанной природой в генетической матрице человека, сигнализирующей ему об этом.

Уровень В – вопрос с множественным выбором

1. Наибольший риск развития психосоматических заболеваний имеют люди, обладающие чертами: а) визуально ориентированного типа; б) дискретного типа; в) кинестетически ориентированного типа; г) аудиально ориентированного типа.

2. Определите задачи психологии здоровья: А. повышение уровня психологической культуры; Б. коррекция дезадаптивного поведения человека; В. повышение уровня культуры общения; Г. определение путей и условий для самореализации; Д. раскрытие творческого и духовного потенциала; Е. о методах и средствах лечения.

3. Виды психокоррекционных циклов: А. дифференцированные циклы игр; Б. специализированные занятия; В. лекционные занятия; Г. комбинированные занятия

4. Свободное рисование на стенах необходимо для: А. работы с детьми с проблемами, связанными с личностным ростом; Б.

для диагностики психического статуса; В. для развития способности к рефлексии; Г. развития творчества; раскрепощения; Д. снятия агрессии.

5. Выделите критерии психологического здоровья (по А. Эллису): А. Общественный интерес; Б. жертвует собой ради тех, о ком заботится, но разумно; В. Стремление обвинять других или социальные условия; Г. Высокая фрустрационная устойчивость; Д. Принятие неопределенности; Е. Ориентация на творческие планы.

Уровень Г – вопрос на соответствие

1. Соотнесите модели определения здоровья (П.И. Каль) и их характеристики

А. отсутствие у человека органических нарушений и субъективных ощущений нездоровья А. Ценностно-социальная  
Б. отсутствие болезней и их симптомов, при этом упор делается на медицинские признаки и характеристики Б. Биомедицинская

В. биологические и социальные признаки в единстве, но при ведущей роли последних В. Медицинская

Г. ценная, необходимая предпосылка для полноценной жизни Г. Биосоциальная

2. Соотнесите авторов и определение здоровья, которые они дали:

А. динамическое равновесие организма и его функций с окружающей средой А. Г. Олпорт

Б. способность к полноценному выполнению основных социальных функций Б. Гиппократ

В. отсутствие болезней, болезненных состояний, болезненных изменений В. У. Кеннон

Г. обретаемая индивидом в процессе его становления целостность Г. Г. Сигерист

3. Соотнесите основные линии развития и утверждения, которые их отражают:

А. Физическая А. Актуальный уровень знаний и умений, общее интеллектуальное развитие, сенсорное развитие, выраженность познавательного интереса и пр.

Б. Социальная Б. Основные движения, развитие двигательной сферы; развитие ручной и мелкой моторики, наличие физических недостатков и болезней

В. Познавательная В. Преобладающий эмоциональный фон; возможности произвольного поведения, способности, самооценки и т.д.

Г. Личностно-эмоциональная Г. Формы общения; способы усвоения общественного опыта; умение общаться со сверстниками и взрослыми; стремление к лидерству

4. Соотнесите авторов и определение здоровья, которые они дали:

А. Собственная жизнеспособность индивида, обеспеченная полноценным развитием и функционированием психического аппарата А. В.И. Слободчиков

Б. Соответствие психического развития возрастным нормам Б. С.М. Громбах

В. Соответствие физических и психических реакций силе и частоте внешнего раздражителя В. Г.С. Никифоров

Г. Соответствие субъективных образов отражаемым объектам действительности Г. В.В. Горин

5. Определите тип обследования ребенка с нарушением в развитии (М.М. Семаго):

А. Соматическое А. Выявление микросимптоматики: слабо выраженные изменения мышечного тонуса

Б. Параклиническое Б. Выявление отклонений в НПР, соматическом здоровье, хронических заболеваний; описание внешнего вида ребенка

В. Неврологическое В. Лабораторные исследования, ЭЭГ, РЭГ, аутография

Уровень Д – вопрос на упорядочивание

1. Расположите в правильной последовательности этапы комплексного изучения (по У.В. Ульяновской): 1) Перед выпуском детей в школу. 2) При комплектовании групп. 3) Обследование для уточнения и дополнения ранее полученных сведений о детях.

2. Расположите правильно стадии диагностической схемы для установления зоны ближайшего развития и разработки меры помощи в зависимости от вариаций дефектов: 1) Симптоматическая (эмпирическая) диагностика. 2) Прогноз. 3) Выработка психолого-педагогических рекомендаций. 4) Подготовительный. 5) Типологическая диагностика. 6) Причинная диагностика.

3. Расположите правильно стадии психопатологического обследования: 1) Синдромологическая. 2) Симптомологическая.

3) Установления клинической формы и типа течения заболевания. 4) Диагноз болезни.

4. Определите очередность предъявляемых методик в процессе обследования дошкольников: 1) упражнения, подвижные игры; 2) словесные задания; 3) «личностные» методики и задания; 4) методики, направленные на диагностику уровня познавательного развития; 5) словесные задания.

5. Правильно расположите этапы «7 шагов решения проблемы в режиме диалога» (по А. Витковскому): 1) Помочь определить, как делать. 2) Заметить эмоциональное состояние ребенка. 3) Помочь ему увидеть свою проблему. 4) Помочь определить свое к ней отношение. 5) Стимулировать выбор ребенком варианта решения. 6) Стимулировать выработку им плана действия. 7) Помочь определить, что делать.

Оценка тестирования

Оценка Описание

3 Демонстрирует полное понимание учебного материала. Все требования, предъявляемые к заданию, выполнены, студент выполняет правильно тестовые задания в диапазоне 90-100%;

2,5 Демонстрирует значительное понимание учебного материала. Все требования, предъявляемые к заданию, выполнены, выполняет правильно от 65 до 89% тестовых заданий

2 Демонстрирует частичное понимание учебного материала. Большинство требований, предъявляемых к заданию выполнены, выполняет от 36 до 64% тестовых заданий

1,5 Демонстрирует небольшое понимание учебного материала, выполняет 16-35% тестовых заданий

1 Демонстрирует непонимание учебного материала, выполнено не более 15% тестовых заданий

0 Нет ответа. Не было попытки выполнить тест.

#### 5.4. Перечень видов оценочных средств

При реализации различных видов учебной работы используются следующие образовательные технологии: технология

лично ориентированного взаимодействия, технология субъектности обучающегося в учебном процессе; мультимедийное сопровождение занятий и др.

Виды оценочных средств:

- посещение лекции;
- качественная работа на практическом занятии;
- качественный ответ на устном опросе;
- подготовка конспекта.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Белов В. И.	Психология здоровья	Москва : КСП ; Санкт-Петербург : Респекс, 1994
Л1.2	Айзман, Р. И., Мельникова, М. М.	Здоровьесберегающие технологии в образовании: учеб. пособие для акад. бакалавриата	Москва: Юрайт, 2017
Л1.3	Васильева О. С., Филатов Ф. Р.	Психология здоровья человека. Эталоны, представления, установки: [учеб. пособие для вузов по направлению и спец. "Психология"]	Москва: Academia, 2001
Л1.4	Чупаха И. В., Пужаева Е. З., Соколова И. Ю.	Здоровьесберегающие технологии в образовательном-воспитательном процессе: науч.-практ. сб. инновационного опыта	Москва ; Ставрополь: Илекса [и др.], 2003
Л1.5	Гройсман А. Л.	Психогигиена школьника	Москва: Знание, 1986
Л1.6	Велиева С. В.	Здоровьесберегающие технологии: учеб.-метод. пособие	Чебоксары: Чуваш. гос. пед. ун-т, 2012
Л1.7	Гараева Е. А.	Здоровьесберегающие технологии в профессионально-педагогическом образовании: учебное пособие	Оренбург: Оренбургский гос. ун-т : ЭБС АСВ, 2013
Л1.8	Фролова Ю. Г.	Психология здоровья: пособие	Минск: Вышэйшая школа, 2014
Л1.9	Секач М. Ф.	Психология здоровья: учебное пособие для высшей школы	Москва: Академический Проект, 2015
Л1.10	Цибульникова В. Е., Леванова Е. А., Леванова Е. А.	Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании: учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов	Москва: Московский педагогический государственный университет, 2017
Л1.11	Гройсман А. Л., Иконникова А. Н.	Общая психопрофилактика и психогигиена творческого труда	Москва: Когито-Центр, 2019
Л1.12	Разумникова О. М.	Психология здоровья: учебное пособие	Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2017

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Гостюшин А. В.	Энциклопедия экстремальных ситуаций	Москва: Зеркало, 1995
Л2.2	Осухова Н. Г.	Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учеб. пособие : [для вузов по направлению и спец. "Соц. работа"]	Москва: Academia, 2005
Л2.3	Смирнов В. Н.	Психология управления персоналом в экстремальных условиях: [учеб. пособие для вузов по направлению и спец. психологии]	Москва: Академия, 2007
Л2.4	Ананьев В. А.	Здоровьесберегающие технологии в социальной сфере: учеб.-метод. комплекс : [учеб.-метод. пособие для вузов по направлениям пед. образования]	Санкт-Петербург: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2007
Л2.5	[пер. с англ. Е. Швецова]	Новейшая энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях	Москва: АСТ : Астрель, 2008
Л2.6	Цабыбин С. А.	Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе	Волгоград: Учитель, 2009
Л2.7	Велиева С. В.	Здоровьесберегающие технологии: учеб.-метод. пособие	Чебоксары: Чуваш. гос. пед. ун-т, 2012

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.8	Одинцова М. А., Самаль Е. В.	Психология экстремальных ситуаций: учеб. и практикум для акад. бакалавриата	Москва: Юрайт, 2017
Л2.9	Тагдиси, Д. Г. оглы, Мамедов, Я. Д. оглы	Человек в экстремальных ситуациях	Москва: Знание, 1991
Л2.10	Гашичев А. В., Стрелова О. Ю.	Становление научных подходов к формированию познавательных интересов курсантов в военной педагогике СССР в 1960--80-е гг.: автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01	Ульяновск, 2016
Л2.11	Шигаев, А. В.	Формирование готовности старшеклассников к действиям в экстремальных ситуациях: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01	Чебоксары: , 2004
Л2.12	Байкова Л. А.	Психология здоровья. Социальное здоровье детей и молодежи: учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры	Москва: Юрайт, 2019
Л2.13		Здоровье детей : методический журнал здоровьесберегающие технологии в школе	, 2011 № 13-18 ; 2012 № 1-12
Л2.14	Белова Л. В.	Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования: учебное пособие	Ставрополь: СКФУ, 2015
Л2.15	Тристан В. Г.	Патофизиология экстремальных и терминальных состояний: учебное пособие	Омск: Сибир. гос. ун-т физ. культуры и спорта, 2001
Л2.16	Титаренко Е. В.	Психология здоровья: Практикум	Ставрополь: Северо- Кавказский федеральный университет, 2018
Л2.17	Индейкина О. С.	Здоровьесберегающие технологии в школе: учеб. пособие	Чебоксары: ЧГПУ, 2020
Л2.18	Шаяхметова Э. Ш.	Психология здоровья	Уфа: БГПУ имени М. Акмуллы,
Л2.19	Акимова Л. А.	Здоровьесберегающие технологии	Оренбург: ОГПУ,

### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Н. В. Седова	Здоровьесберегающие технологии в школе // Вестник ЛГУ им. А.С. Пушкина. 2009. №3 (Педагогика).
Э2	Петрова Н. Ф.	Роль здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе современной школы // МНКО. 2013. №6 (43).
Э3	Маджуга Анатолий Геннадьевич, Салимова Роза Мирхатовна, Косцова Светлана Александровна, Гилязитдинова Э. У., Хакутдинова Светлана Радиковна	Таксономия технологий здоровьесберегающей педагогики // Здоровье и образование в XXI веке. 2014. №4.
Э4	Третьякова Наталья Владимировна, Маджуга Анатолий Геннадьевич, Брунько Ольга Николаевна, Яппаров Альберт Гайсиевич	Управление качеством здоровьесберегающей деятельности: процессный подход // Здоровье и образование в XXI веке. 2015. №2.
Э5	Третьякова Наталия Владимировна	Готовность обучающихся к здравотворчеству как системообразующий фактор и результат здоровьесберегающей деятельности образовательной организации // Сибирский педагогический журнал. 2014. №4.
Э6	С. В. Саньков, В. Р. Кучма	Гигиеническая оценка влияния на детей факторов современной электронной информационно-образовательной среды школ // Вестник новых медицинских технологий. Электронное издание. 2019. №3.
Э7	Порецкова Галина Юрьевна, Печуров Д.В., Рапопорт И.К.	К вопросу о систематизации школьно-обусловленной патологии // ЗНиСО. 2018. №5 (302).
Э8	Маратова А. М.	Здоровый образ жизни – гармония жизни и здоровье человека // Наука и современность. 2013. №22.
Э9	Скляров Денис Александрович, Скляров Александр Владимирович, Залиева Наталья Александровна	Здоровый образ жизни: критерии и реализация // Известия ДГПУ. Психолого-педагогические науки. 2016. №4.

### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Перечень информационных технологий
6.3.1.2	Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходимо использование следующего лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения:
6.3.1.3	Базовый набор программ: ОС Windows 10. Профессиональная 64bit; Office Standard 2019, Russian (Подписка для образовательных учреждений, ООО «+Альянс»);
6.3.1.4	ОС Astra Linux Special Edition 1.7 Вариант лицензирования «Орел» (Без ограничения срока)
6.3.1.5	LibreOffice свободно распространяемый офисный пакет
6.3.1.6	Браузеры: Mozilla Firefox, Яндекс, Спутник, Атом
6.3.1.7	Архиватор 7-Zip(free) — свободно распространяемый программный продукт
6.3.1.8	
6.3.1.9	Программное обеспечение электронного обучения включает в себя:

6.3.1.1.0	- образовательный портал на базе CMS Moodle <a href="http://www.moodle21.ru">www.moodle21.ru</a> , обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
6.3.1.1.1	- программное обеспечение для проведения учебных мероприятий в формате видеоконференций Яндекс.Телемост, Сферум.
<b>6.3.2 Перечень информационных справочных систем</b>	
6.3.2.1	Электронные ресурсы:
6.3.2.2	Электронная библиотека ЧГПУ – <a href="http://lib.chgpu.edu.ru/">http://lib.chgpu.edu.ru/</a>
6.3.2.3	ЭБС IPR SMART – <a href="https://www.iprbookshop.ru">https://www.iprbookshop.ru</a> .

<b>7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
7.1	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещение для самостоятельной работы обучающихся с возможностью подключения к сети Интернет и доступом к электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО «ЧГПУ им. И.Я Яковлева».
7.2	Для освоения дисциплины в учебном процессе используются: компьютерное и мультимедийное оборудование; видео- и аудиовизуальные средства обучения (ноутбук, нетбук, магнитофон, CD-проигрыватель); электронная библиотека кафедры (труды преподавателей кафедры на электронных носителях) и др.
7.3	

<b>8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
<p>Материал дисциплины включает в себя связанные между собой темы, обеспечивающие последовательное освоение содержания дисциплины и формирование профессиональных компетенций. В качестве оценочных средств используются тесты (открытые, закрытые, на сопоставление). Для контроля знаний и умений обучающихся используется балльно-рейтинговая система оценивания.</p> <p>Изучение рекомендуется начать с ознакомления с рабочей программой дисциплины, с ее целей и задач, структурой, содержанием конкретных разделов. Следует обратить внимание на примерный перечень практических заданий, которые предстоит выполнить студенту в ходе освоения курса. Необходимо также ознакомиться с учебно-методическим и информационным обеспечением дисциплины и с данными методическими указаниями.</p> <p>Обучение по дисциплине осуществляется в следующих формах:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– аудиторные занятия (лекции и практические занятия);</li> <li>– выполнение практических заданий в ходе практических занятий;</li> <li>– самостоятельная работа студента (подготовка к лекциям, практическим занятиям, тестам, индивидуальная консультация с преподавателем);</li> <li>– зачет.</li> </ul> <p>Учебный материал структурирован и изучение дисциплины производится в тематической последовательности. В лекциях рассматриваются темы, которые могут вызвать трудности в понимании некоторых их аспектов. Освоение курса преимущественно осуществляется на практических занятиях.</p> <p>Работа во время проведения лекций.</p> <p>Лекции дают обучающимся систематизированные знания по дисциплине, концентрируют их внимание на наиболее сложных и важных вопросах. Во время лекционных занятий рекомендуется вести конспектирование учебного материала, обращать внимание на формулировки и категории, раскрывающие суть того или иного явления или процессов, выводы и практические рекомендации.</p> <p>Не надо стремиться записать дословно всю лекцию, следует записывать наиболее существенное, на что обращает внимание преподаватель. Целесообразно в начале понять основную мысль, излагаемую лектором, а затем записать ее. Желательно при записи оставлять поля, на которых позднее, при самостоятельной работе с конспектом, можно сделать дополнительные заметки, отметить непонятные места.</p> <p>Конспект лекции лучше подразделять на пункты, соблюдая красную строку. Этому в большой степени будут способствовать вопросы плана лекции, предложенные преподавателем. Следует обращать внимание на акценты, выводы, которые делает преподаватель, отмечая наиболее важные моменты в лекционном материале замечаниями «важно», «хорошо запомнить» и т. п. Можно делать это и с помощью разноцветных маркеров или ручек, подчеркивая термины и определения. Рекомендуется использовать и предлагаемое преподавателем структурирование учебного материала – оформление его в таблицах, в схемах. Такое «не сплошное» конспектирование даст возможность отструктурировать содержание учебного материала, что поможет в последующем быстро найти нужную информацию, а также запомнить ее. Целесообразно разработать собственную систему сокращений, аббревиатур и символов. Однако при дальнейшей работе с конспектом символы лучше заменить обычными словами для быстрого зрительного восприятия текста.</p> <p>После окончания учебных занятий для закрепления материала желательно просмотреть и обдумать текст лекции, прослушанной сегодня, разобрать, при необходимости зафиксировать примеры, рассмотренные в ходе лекции, отметить места, не совсем ясные для понимания, чтобы в свободное от занятий время можно было вернуться к ним для уточнения. Работая в свободное время над конспектом лекций, необходимо использовать не только основную литературу, но и ту литературу, которую дополнительно рекомендовал преподаватель. Именно такая серьезная, кропотливая работа с лекционным материалом позволит глубоко овладеть теоретическим материалом.</p> <p>Работа по подготовке к практическим занятиям.</p> <p>Цикл практических занятий по курсу предполагает обсуждение отдельных тем с одновременным выполнением практических заданий, выполнение которых обеспечивает освоение конкретных умений и навыков исследовательской деятельности. Подготовка к отдельным занятиям является самостоятельной, часть занятий предусматривает рассмотрение</p>	

и обсуждение вопросов без самостоятельной подготовки.

При самостоятельной подготовке к практическим занятиям необходимо найти материал по вопросам, обозначенным в конкретной теме. Не следует распределять вопросы темы между собой, поскольку проведение занятий не предусматривает простое заслушивание материала, а предполагает разнообразные формы работы со студентами – выполнение мини-контрольных, формулирование вопросов и ответов на них, выполнение практических и тестовых заданий и др.

Применяемые преподавателем методы работы с аудиторией нацелены на стимулирование познавательной активности, повышение заинтересованности в дисциплине, на формирование критичности мышления, умения сравнивать, анализировать, обобщать. На практических занятиях приветствуется активное участие в обсуждении вопросов плана, что учитывается преподавателем при выставлении баллов за работу на занятии.

Студенту рекомендуется следующая последовательность подготовки к практическому занятию:

1) ознакомиться с планом занятия, проанализировать тему, продумать основные проблемы, вынесенные на обсуждение;

2) внимательно прочитать материал, данный преподавателем по этой теме на лекции;

3) изучить рекомендуемую литературу и зафиксировать материал:

– целесообразнее это сделать в схемах, таблицах или иными способами, которые помогут лучше усвоить материал и при необходимости быстро найти нужную информацию;

– особое внимание нужно уделить основным понятиям, классификациям, типологиям и т. п.;

– определения желательно заучить и внести в свой глоссарий, который желательно вести с самого начала курса;

4) сформулировать вопросы по содержанию учебного материала, относительно которых возникло непонимание – эти вопросы можно будет задать на занятии преподавателю или предложить студентам для обсуждения;

5) далее нужно проверить себя, ответив на вопросы плана, что позволит понять, насколько усвоена данная тема.

Результат такой работы должен проявиться в способности студента свободно ответить на теоретические вопросы, выступать и участвовать в коллективном обсуждении вопросов изучаемой темы, правильно выполнять практические и иные задания, которые даны в фонде оценочных средств дисциплины.