

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bfff679172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ
(МГОУ)

Факультет физической культуры
Кафедра оздоровительной и адаптивной физической культуры

Согласовано управлением организации
и контроля качества образовательной
деятельности

« 10 » 06 2020 г

Начальник управления

/М.А. Миненкова/

Одобрено учебно-методическим советом

Протокол « 10 » 2020 г. № 7
Председатель

/Д.Е. Суслин/



Рабочая программа дисциплины
Здоровье сберегающие технологии

Направление подготовки
49.03.01 Физическая культура

Профиль:
Спортивная тренировка

Квалификация
Бакалавр

Формы обучения
Очная, заочная

Согласовано учебно-методической
комиссией факультета физической культуры:

Протокол « 10 » 06 2020 г. № 8

Председатель УМКом

/Е.В. Крякина/

Рекомендовано кафедрой
оздоровительной и адаптивной
физической культуры:

Протокол « 10 » 06 2020 г. № 11

И.о. зав. кафедрой
/И.В. Кулишенко/

Мытищи
2020

Автор-составитель:

Бруй К.Е.

Старший преподаватель кафедры Оздоровительной и адаптивной физической культуры МГОУ

Рабочая программа дисциплины «Здоровье сберегающие технологии» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная тренировка», утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 19.09.2017 № 940.

Дисциплина входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 и является элективной дисциплиной.

Год начала подготовки 2020

Содержание

1. Планируемые результаты обучения	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	5
3. Объем и содержание дисциплины	5
4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся	7
5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине	10
6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины.....	20
7. Методические указания по освоению дисциплины	21
8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине	22
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины	23

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

1.1 Цель дисциплины

Цель – обеспечить студентов современными знаниями о создании и использовании в учебно-тренировочном процессе здоровые сберегающих технологий с целью сохранения и укрепления здоровья занимающихся, более успешной адаптации их в пространстве физической культуры и спорта.

Задачи дисциплины:

- сформировать у студентов представления о характере и тенденциях развития здоровые сберегающего образования;
- углубить теоретические и методические знания, основанные на внедрении здоровые сберегающих технологий в сфере физической культуры и спорта;
- способствовать развитию методических умений в области здоровые сберегающих технологий, применяемых в сфере физической культуре и спорте;
- формировать навыки контроля и оценки за состоянием здоровья занимающихся и воспитанников;
- содействовать формированию профессионально значимых качеств и свойств личности будущего бакалавра физической культуры.

1.2 Планируемые результаты обучения

В результате освоения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие компетенции:

ДПК-4 Способен использовать в процессе многолетней спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом специфики вида спорта, возраста и пола обучающихся, в том числе с применением методик спортивного массажа

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Здоровые сберегающие технологии» относится к вариативной части блока дисциплин Б1.В.ДВ.08.

Преподавание дисциплины «Здоровые сберегающие технологии» строится на основе знаний и умений, ранее полученных студентами при изучении **ДИСЦИПЛИН:** педагогика физической культуры, психология физической культуры, анатомия человека, физиология человека, физиология спорта, спортивная медицина, лечебная физическая культура, гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, здоровый образ жизни, содержание которых трансформируется с учетом профессиональной направленности будущих специалистов.

Знания, полученные при изучении дисциплины, используются в научно-исследовательской работе бакалавров.

3. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем дисциплины

Показатель объема дисциплины	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Объем дисциплины в зачетных единицах	2 з.ед.	
Объем дисциплины в часах	72	
Контактная работа	54,2	14,2
Лекции	14	2
Практические занятия	20	6
Лабораторные занятия	20	6
Самостоятельная работа	10	50
Контроль	7,8	7,8

Форма промежуточной аттестации:

очная форма - зачет в 8 семестре,

заочная форма - зачет в 9 семестре.

3.2 Содержание дисциплины

Наименование тем дисциплины и их краткое содержание на очной форме обучения	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия
<p>Тема 1. Современное образование и здоровье обучающихся</p> <p>Состояние здоровья как важнейший показатель благополучия. Факторы, влияющие на состояние здоровья педагога, тренера и учеников. Факторы, связанные с уровнем медицинской помощи и организацией системы здравоохранения. Интенсификация процесса обучения, направленного на здоровье занимающихся.</p>	2	2	2
<p>Тема 2. Стратегия и технологии охраны здоровья подрастающего поколения</p> <p>Здоровье сберегающая педагогика, технологии ее реализации. Принципы здоровьесберегающего образования. Проблемное поле здоровьесберегающего образования. Векторы направления усилий образовательного учреждения и педагогов. Стратегии формирования здоровьесберегающего пространства. Взаимосвязь здоровьесберегающих технологий,</p>	2	4	4

применяемых в работе образовательных учреждений.			
<p>Тема 3. Классификация здоровьесберегающих технологий</p> <p>Понятие здоровьесберегающих технологий. Образовательные технологии. Психолого-педагогические и учебно-воспитательные технологии. Здоровьесберегающие технологии: группировка технологий по различным основаниям: защитно-профилактические, компенсаторно-нейтрализующие, стимулирующие, информационно-обучающие.</p>	2	4	2
<p>Тема 4. Организационно-гигиенические условия обеспечения образовательного процесса в области физической культуры и спорта</p> <p>Основное содержание гигиенических условий, регламентированных СанПин. Требования к соблюдению условий. Контроль выполнения санитарно-гигиенических условий. Видеоэкология образовательного учреждения. Позы учащихся. Профилактика статических поз. Оптимизация учебной нагрузки воспитанников и учащихся. Двигательная активность и здоровье обучаемых.</p>	2	2	2
<p>Тема 5. Содержание здоровьесберегающей работы в процессе физкультурного образования и спортивной тренировки</p> <p>Мониторинг составляющих здоровья как важное условие здоровьесбережения обучаемых. Реализация индивидуально-дифференцированного подхода в обеспечении здоровьесберегающей направленности образовательного и учебно-тренировочного процесса. Охрана и укрепление психологического здоровья учащихся и воспитанников. Общая классификация программ обучения здоровью. Определение цели системы, определение структуры системы.</p>	2	4	4
<p>Тема 6. Сохранение и укрепление психологического здоровья обучаемых</p> <p>Педагогическая психогигиена как направление здоровьесберегающей педагогики. Латентные психогенные воздействия на здоровье учащихся и воспитанников. Влияние биоритмов на психологическое здоровье обучаемых. Стрессы, профилактика стрессовых состояний. Методы</p>	2	2	2

психофизической регуляции в арсенале учителя, тренера, педагога.			
Тема 7. Современное образовательное учреждение как пространство заботы о здоровье обучающихся и воспитанников Представление о здоровьесберегающем пространстве образовательного учреждения. Условия формирования здоровьесберегающего пространства образовательного учреждения. Основные направления формирования здоровьесберегающего пространства. Самооценка обучающимися своего здоровья.	2	2	4
<i>Итого по дисциплине:</i>	14	20	20

Наименование тем дисциплины и их краткое содержание на заочной форме обучения	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия
Тема 1. Современное образование и здоровье обучающихся Состояние здоровья как важнейший показатель благополучия. Факторы, влияющие на состояние здоровье педагога, тренера и учеников. Факторы, связанные с уровнем медицинской помощи и организацией системы здравоохранения. Интенсификация процесса обучения, направленного на здоровье занимающихся.	-	2	2
Тема 2. Стратегия и технологии охраны здоровья подрастающего поколения Здоровье сберегающая педагогика, технологии ее реализации. Принципы здоровьесберегающего образования. Проблемное поле здоровьесберегающего образования. Векторы направления усилий образовательного учреждения и педагогов. Стратегии формирования здоровьесберегающего пространства. Взаимосвязь здоровьесберегающих технологий, применяемых в работе образовательных учреждений.	-	-	-
Тема 3. Классификация здоровьесберегающих технологий	-	2	2

<p>Понятие здоровье сберегающих технологий. Образовательные технологии. Психолого-педагогические и учебно-воспитательные технологии. Здоровье сберегающие технологии: группировка технологий по различным основаниям: защитно-профилактические, компенсаторно-нейтрализующие, стимулирующие, информационно-обучающие.</p>			
<p>Тема 4. Организационно-гигиенические условия обеспечения образовательного процесса в области физической культуры и спорта</p> <p>Основное содержание гигиенических условий, регламентированных СанПин. Требования к соблюдению условий. Контроль выполнения санитарно-гигиенических условий. Видеоэкология образовательного учреждения. Позы учащихся. Профилактика статических поз. Оптимизация учебной нагрузки воспитанников и учащихся. Двигательная активность и здоровье обучаемых.</p>	-	-	-
<p>Тема 5. Содержание здоровье сберегающей работы в процессе физкультурного образования и спортивной тренировки</p> <p>Мониторинг составляющих здоровья как важное условие здоровье сбережения обучаемых. Реализация индивидуально-дифференцированного подхода в обеспечении здоровье сберегающей направленности образовательного и учебно-тренировочного процесса. Охрана и укрепление психологического здоровья учащихся и воспитанников. Общая классификация программ обучения здоровью. Определение цели системы, определение структуры системы.</p>	-	-	-
<p>Тема 6. Сохранение и укрепление психологического здоровья обучаемых</p> <p>Педагогическая психогигиена как направление здоровьесберегающей педагогики. Латентные психогенные воздействия на здоровье учащихся и воспитанников. Влияние биоритмов на психологическое здоровье обучаемых. Стрессы, профилактика стрессовых состояний. Методы психофизической регуляции в арсенале учителя, тренера, педагога.</p>	-	-	-
<p>Тема 7. Современное образовательное учреждение как пространство заботы о здоровье обучаемых и</p>	2	2	2

воспитанников			
Представление о здоровьесберегающем пространстве образовательного учреждения. Условия формирования здоровьесберегающего пространства образовательного учреждения. Основные направления формирования здоровьесберегающего пространства. Самооценка обучаемыми своего здоровья.			
<i>Итого по дисциплине:</i>	2	6	6

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Организация самостоятельной работы студентов заочной формы обучения

Название темы	Вопросы для самостоятельной работы студентов	Виды работ	Количество часов	Методич. обеспечение	Форма отчетности
1	2	3	4	5	6
Тема 1. Современное образование и здоровье обучающихся	1.Состояние здоровья как важнейший показатель благополучия. 2.Факторы, влияющие на состояние здоровье педагога, тренера и учеников. 3.Факторы, связанные с уровнем медицинской помощи и организацией системы здравоохранения. 4.Интенсификация процесса обучения и его на здоровье обучающихся.	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы	6	Осн. лит-ра 1, 2, 6 Доп. лит-ра 4,8 Интернет-ресурсы 3, 4, 6,9	. Реферат, устный опрос , письменный опрос
Тема 2. Стратегия и технологии охраны здоровья подрастающего поколения	1.Здоровьесберегающая педагогика, технологии ее реализации. 2.Принципы здоровьесберегающего образования. 3.Проблемное поле здоровьесберегающего образования. 4.Векторы направления усилий образовательного учреждения и педагогов. 5.Стратегии формирования здоровьесберегающего пространства. 6.Взаимосвязь здоровьесберегающих технологий, применяемых в работе образовательных учреждений.	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы	6	Осн. лит-ра 1-7 Доп. лит-ра 1-4, 8, 9 Интернет-ресурсы 3,4, 6-9	. Реферат, устный опрос , письменный опрос

<p>Тема 3. Классификация здоровья сберегающих технологий</p>	<p>1.Понятие здоровье сберегающих технологий. 2.Образовательные технологии. Психолого-педагогические и учебно-воспитательные технологии. 3.Здоровье сберегающие технологии: группировка технологий по различным основаниям: защитно-профилактические, компенсаторно-нейтрализующие, стимулирующие, информационно-обучающие.</p>	<p>изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы</p>	<p>6</p>	<p>Осн. лит-ра 3,5 Доп. лит-ра 4,6,9 Интернет-ресурсы 1, 2, 5, 7-8</p>	<p>. Реферат, устный опрос , письменный опрос</p>
<p>Тема 4. Организационно-гигиенические условия обеспечения образовательного процесса в области физической культуры и спорта</p>	<p>1.Основное содержание гигиенических условий, регламентированных СанПин. Требования к соблюдению условий. 2.Контроль выполнения санитарно-гигиенических условий. 3.Видеоэкология образовательного учреждения. Позы учащихся. Профилактика статических поз. 4.Оптимизация учебной нагрузки воспитанников и учащихся. 5.Двигательная активность и здоровье обучаемых</p>	<p>изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы</p>	<p>6</p>	<p>Осн. лит-ра 2, 3, 5, 6 Доп. лит-ра 3, 4, 6, 7, 8 Интернет-ресурсы 1, 4, 5, 6</p>	<p>. Реферат, устный опрос , письменный опрос</p>

<p>Тема 5. Содержание здоровье сберегающей работы в процессе физкультурн ого образования и спортивной тренировки</p>	<p>1.Мониторинг составляющих здоровья как важное условие здоровье сбережения обучаемых. 2.Реализация индивидуально- дифференцированного подхода в обеспечении здоровье сберегающей направленности образовательного и учебно- тренировочного процесса. 3.Охрана и укрепление психологического здоровья учащихся и воспитанников 4.Забота о профессиональном здоровье тренера, педагога как предпосылка здоровья воспитанников и учащихся. 5.Общая классификация программ обучения здоровью. Определение цели системы, определение структуры системы.</p>	<p>изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы</p>	<p>6</p>	<p>Осн. лит-ра 4,5,7 Доп. лит-ра 2, 6, 7, 9 Интерне т- ресурсы 4-8</p>	<p>. Реферат, устный опрос , письменн ый опрос</p>
<p>Тема 6. Сохранение и укрепление психологичес кого здоровья обучаемых</p>	<p>1.Педагогическая психогигиена как направление здоровье сберегающей педагогики. 2. Латентные психогенные воздействия на здоровье учащихся и воспитанников. 3.Влияние биоритмов на психологическое здоровье обучаемых. 4.Стрессы, профилактика стрессовых состояний. 5.Методы психофизической регуляции в арсенале учителя, тренера, педагога.</p>	<p>изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы</p>	<p>6</p>	<p>Осн. лит-ра 2, 3-6, Доп. лит-ра 5-9 Интерне т- ресурсы 1,2, 4,5, 8</p>	<p>. Реферат, устный опрос , письменн ый опрос</p>
<p>Тема 7. Современное образователь ное учреждение как пространство заботы о здоровье обучаемых и воспитанник ов</p>	<p>1.Представление о здоровье сберегающем пространстве образовательного учреждения. 2.Условия формирования здоровье сберегающего пространства образовательного учреждения. 3.Основные направления формирования здоровье сберегающего пространства. 4.Самооценка обучаемыми своего здоровья.</p>	<p>изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы</p>	<p>6</p>	<p>Осн. лит-ра 1, 6, 7 Доп. лит-ра 5, 7, 8, 9 Интерне т- ресурсы 2, 5-9</p>	<p>. Реферат, устный опрос , письменн ый опрос</p>

Тема 8. Профессиональное здоровье педагога, тренера, инструктора по физической культуре	1. Профессиональное здоровье педагога, тренера, инструктора по физической культуре: возможности сохранения и укрепления. 2. Неблагополучие здоровья педагогов и причины его определяющие. 3. Самодиагностика здоровья. 4. Профилактические и коррекционные воздействия на составляющие здоровья.	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы	6	Осн. лит-ра 3-5,7 Доп. лит-ра 1-3, 8,9 Интернет-ресурсы 5, 7-9	. Реферат, устный опрос , письменный опрос
Итого:			50		

Организация самостоятельной работы студентов очной формы обучения

Название темы	Вопросы для самостоятельной работы студентов	Виды работ	Количество часов	Методич. обеспечение	Форма отчетности
1	2	3	4	5	6
Тема 1. Современное образование и здоровье обучающихся	1. Состояние здоровья как важнейший показатель благополучия. 2. Факторы, влияющие на состояние здоровье педагога, тренера и учеников. 3. Факторы, связанные с уровнем медицинской помощи и организацией системы здравоохранения. 4. Интенсификация процесса обучения и его на здоровье обучающихся.	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы	-	Осн. лит-ра 1, 2, 6 Доп. лит-ра 4,8 Интернет-ресурсы 3, 4, 6,9	Устный опрос. Конспект. реферат.
Тема 2. Стратегия и технологии охраны здоровья подрастающего поколения	1. Здоровьесберегающая педагогика, технологии ее реализации. 2. Принципы здоровьесберегающего образования. 3. Проблемное поле здоровьесберегающего образования. 4. Векторы направления усилий образовательного учреждения и педагогов. 5. Стратегии формирования здоровьесберегающего пространства. 6. Взаимосвязь здоровьесберегающих технологий, применяемых в работе образовательных учреждений.	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы	-	Осн. лит-ра 1-7 Доп. лит-ра 1-4, 8, 9 Интернет-ресурсы 3,4, 6-9	Устный опрос. Конспект.

<p>Тема 3. Классификация здоровья сберегающих технологий</p>	<p>1.Понятие здоровье сберегающих технологий. 2.Образовательные технологии. Психолого-педагогические и учебно-воспитательные технологии. 3.Здоровье сберегающие технологии: группировка технологий по различным основаниям: защитно-профилактические, компенсаторно-нейтрализующие, стимулирующие, информационно-обучающие.</p>	<p>изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы</p>	<p>-</p>	<p>Осн. лит-ра 3,5 Доп. лит-ра 4,6,9 Интернет-ресурсы 1, 2, 5, 7-8</p>	<p>Устный опрос. Конспект.</p>
<p>Тема 4. Организационно-гигиенические условия обеспечения образовательного процесса в области физической культуры и спорта</p>	<p>1.Основное содержание гигиенических условий, регламентированных СанПин. Требования к соблюдению условий. 2.Контроль выполнения санитарно-гигиенических условий. 3.Видеоэкология образовательного учреждения. Позы учащихся. Профилактика статических поз. 4.Оптимизация учебной нагрузки воспитанников и учащихся. 5.Двигательная активность и здоровье обучаемых</p>	<p>изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы</p>	<p>2</p>	<p>Осн. лит-ра 2, 3, 5, 6 Доп. лит-ра 3, 4, 6, 7, 8 Интернет-ресурсы 1, 4, 5, 6</p>	<p>Устный опрос. Конспект.</p>

<p>Тема 5. Содержание здоровье сберегающей работы в процессе физкультурн ого образования и спортивной тренировки</p>	<p>1.Мониторинг составляющих здоровья как важное условие здоровье сбережения обучаемых. 2.Реализация индивидуально- дифференцированного подхода в обеспечении здоровье сберегающей направленности образовательного и учебно- тренировочного процесса. 3.Охрана и укрепление психологического здоровья учащихся и воспитанников 4.Забота о профессиональном здоровье тренера, педагога как предпосылка здоровья воспитанников и учащихся. 5.Общая классификация программ обучения здоровью. Определение цели системы, определение структуры системы.</p>	<p>изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы</p>	<p>2</p>	<p>Осн. лит-ра 4,5,7 Доп. лит-ра 2, 6, 7, 9 Интерне т- ресурсы 4-8</p>	<p>Устный опрос. Конспект.</p>
<p>Тема 6. Сохранение и укрепление психологичес кого здоровья обучаемых</p>	<p>1.Педагогическая психогигиена как направление здоровье сберегающей педагогики. 2. Латентные психогенные воздействия на здоровье учащихся и воспитанников. 3.Влияние биоритмов на психологическое здоровье обучаемых. 4.Стрессы, профилактика стрессовых состояний. 5.Методы психофизической регуляции в арсенале учителя, тренера, педагога.</p>	<p>изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы</p>	<p>2</p>	<p>Осн. лит-ра 2, 3-6, Доп. лит-ра 5-9 Интерне т- ресурсы 1,2, 4,5, 8</p>	<p>Устный опрос. Конспект.</p>
<p>Тема 7. Современное образователь ное учреждение как пространство заботы о здоровье обучаемых и воспитанник ов</p>	<p>1.Представление о здоровье сберегающем пространстве образовательного учреждения. 2.Условия формирования здоровье сберегающего пространства образовательного учреждения. 3.Основные направления формирования здоровье сберегающего пространства. 4.Самооценка обучаемыми своего здоровья.</p>	<p>изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы</p>	<p>2</p>	<p>Осн. лит-ра 1, 6, 7 Доп. лит-ра 5, 7, 8, 9 Интерне т- ресурсы 2, 5-9</p>	<p>Устный опрос. Конспект.</p>

Тема 8. Профессиональное здоровье педагога, тренера, инструктора по физической культуре	1.Профессиональное здоровье педагога, тренера, инструктора по физической культуре: возможности сохранения и укрепления. 2.Неблагополучие здоровья педагогов и причины его определяющие. 3.Самодиагностика здоровья. 4.Профилактические и коррекционные воздействия на составляющие здоровья.	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы	2	Осн. лит-ра 3-5,7 Доп. лит-ра 1-3, 8,9 Интернет-ресурсы 5, 7-9	Устный опрос. Конспект.
Итого:			10		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Выпускник по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль: Спортивная тренировка, с квалификацией (степенью) «бакалавр» должен обладать следующими компетенциями:

5.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код и наименование компетенций	Этапы формирования
ДПК-4 Способен использовать в процессе многолетней спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом специфики вида спорта, возраста и пола обучающихся, в том числе с применением методик спортивного массажа	1.Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

5.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах формирования, описание шкал оценивания

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этапы сформированности	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания (баллы)
ДПК-4	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Знать: - причины возникновения спортивного травматизма в ИВС - причины возникновения травматизма. - мероприятия	Текущий контроль: Устный опрос, реферат, практические задания, конспект Промежуто	41-60

			<p>направленные на профилактику травматизма.</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Составляет план профилактики спортивного травматизма и контролирует его реализацию - Организует проведение восстановительных мероприятий - организовать проведение восстановительных мероприятий <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивного массажа 	<p>чная аттестация: зачет</p>	
	Продвинутый	<p>1.Работа на учебных занятиях</p> <p>2.Самостоятельная работа</p>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выделяет основные и второстепенные причины возникновения травм в ИВС - Выделяет основные мероприятия по профилактике травматизма, обосновывает решение о назначении исполнителей, осуществляет контроль выполнения мероприятий. - Составляет план проведения комплекса восстановительных мероприятий; - способен провести коррекцию плана проведения комплекса восстановительных мероприятий с учетом состояния спортсмена <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивного 	<p>Текущий контроль: Устный опрос, реферат, практические задания, конспект</p> <p>Промежуточная аттестация: зачет</p>	61-100

			<p>массажа</p> <p>- владеет умениями и навыками проведения спортивного массажа с учетом состояния спортсмена</p>		
--	--	--	--	--	--

5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

ВОПРОСЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

1. Состояние здоровья как важнейший показатель благополучия.
2. Факторы, влияющие на состояние здоровья педагога, тренера и учеников. 3. Факторы, связанные с уровнем медицинской помощи и организацией системы здравоохранения.
4. Интенсификация процесса обучения и его на здоровье обучающихся.
5. Здоровьесберегающая педагогика, технологии ее реализации.
6. Принципы здоровьесберегающего образования.
7. Проблемное поле здоровьесберегающего образования.
8. Векторы направления усилий образовательного учреждения и педагогов. 9. Стратегии формирования здоровьесберегающего пространства.
10. Взаимосвязь здоровьесберегающих технологий, применяемых в работе образовательных учреждений.
11. Понятие здоровьесберегающих технологий. Образовательные технологии. Психолого-педагогические и учебно-воспитательные технологии.
12. Здоровьесберегающие технологии: группировка технологий по различным основаниям: защитно-профилактические, компенсаторно-нейтрализующие, стимулирующие, информационно-обучающие.
13. Основное содержание гигиенических условий, регламентированных СанПин. Требования к соблюдению условий.
14. Контроль выполнения санитарно-гигиенических условий.
15. Видеоэкология образовательного учреждения. Позы учащихся. Профилактика статических поз.
16. Оптимизация учебной нагрузки воспитанников и учащихся.
17. Двигательная активность и здоровье обучаемых.
18. Мониторинг составляющих здоровья как важное условие здоровьесбережения обучаемых.
19. Реализация индивидуально-дифференцированного подхода в обеспечении здоровьесберегающей направленности образовательного и учебно-тренировочного процесса.
20. Охрана и укрепление психологического здоровья учащихся и воспитанников
21. Забота о профессиональном здоровье тренера, педагога как предпосылка здоровья воспитанников и учащихся.
22. Общая классификация программ обучения здоровью. Определение цели системы, определение структуры системы.
23. Педагогическая психогигиена как направление здоровьесберегающей педагогики.
24. Латентные психогенные воздействия на здоровье учащихся и воспитанников.
25. Влияние биоритмов на психологическое здоровье обучаемых.
26. Стрессы, профилактика стрессовых состояний.
27. Методы психофизической регуляции в арсенале учителя, тренера, педагога.

28. Условия формирования здоровьесберегающего пространства образовательного учреждения.
29. Основные направления формирования здоровьесберегающего пространства.
30. Неблагополучие здоровья педагогов и причины его определяющие.

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

1. Показатели проявления здоровьесберегающего поведения обучающихся.
2. Особенности социально-психологических условий развития культуры здоровья в подростковом возрасте.
3. Программы, обучающие здоровью и их использование.
4. Мотивы и потребности человека, способствующие обеспечению индивидуального здоровья.
5. Культура здоровья педагога.
6. Профилактика школьных стрессов средствами физической культуры.
7. Роль семьи, образовательных учреждений в сохранении и укреплении здоровья детей.
8. Неблагополучие здоровья педагогов и причины его определяющие.
9. Методы психофизической регуляции в арсенале учителя, тренера, педагога.
10. Использование тест-анкетных методов диагностики, основанных на принципах экспертных оценок.
11. Уровень личной физической культуры и физическое совершенствование.
12. Атмосферные явления и их влияние на здоровье человека.
13. Естественные факторы природы как средство закаливания организма.
14. Факторы, влияющие на специфику питания.
15. Методы, средства и процедуры восстановления организма.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ЗАЧЕТА

1. Состояние здоровья как важнейший показатель благополучия.
2. Факторы, влияющие на состояние здоровья педагога, тренера и учеников.
3. Факторы, связанные с уровнем медицинской помощи и организацией системы здравоохранения.
4. Интенсификация процесса обучения и его влияние на здоровье обучающихся.
5. Здоровьесберегающая педагогика, технологии ее реализации.
6. Принципы здоровьесберегающего образования.
7. Проблемное поле здоровьесберегающего образования.
8. Векторы направления усилий образовательного учреждения и педагогов.
9. Стратегии формирования здоровьесберегающего пространства.
10. Взаимосвязь здоровьесберегающих технологий, применяемых в работе образовательных учреждений.
11. Понятие здоровьесберегающих технологий. Образовательные технологии. Психолого-педагогические и учебно-воспитательные технологии.
12. Здоровьесберегающие технологии: группировка технологий по различным основаниям: защитно-профилактические, компенсаторно-нейтрализующие, стимулирующие, информационно-обучающие.
13. Основное содержание гигиенических условий, регламентированных СанПин. Требования к соблюдению условий.
14. Контроль выполнения санитарно-гигиенических условий.
15. Видеоэкология образовательного учреждения. Позы учащихся. Профилактика статических поз.
16. Оптимизация учебной нагрузки воспитанников и учащихся.
17. Двигательная активность и здоровье обучаемых.
18. Мониторинг составляющих здоровья как важное условие здоровьесбережения обучаемых.

19. Реализация индивидуально-дифференцированного подхода в обеспечении здоровьесберегающей направленности образовательного и учебно-тренировочного процесса.
20. Охрана и укрепление психологического здоровья учащихся и воспитанников
21. Забота о профессиональном здоровье тренера, педагога как предпосылка здоровья воспитанников и учащихся.
22. Общая классификация программ обучения здоровью. Определение цели системы, определение структуры системы.
23. Педагогическая психогигиена как направление здоровьесберегающей педагогики.
24. Латентные психогенные воздействия на здоровье учащихся и воспитанников.
25. Влияние биоритмов на психологическое здоровье обучаемых.
26. Стрессы, профилактика стрессовых состояний.
27. Методы психофизической регуляции в арсенале учителя, тренера, педагога.
28. Условия формирования здоровьесберегающего пространства образовательного учреждения.
29. Основные направления формирования здоровьесберегающего пространства.
30. Неблагополучие здоровья педагогов и причины его определяющие.

5.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Распределение баллов по видам работ:

Название компонента	Распределение баллов
Посещение учебных занятий	до 100
Конспект	до 100
Устный опрос	до 100
Практические задания	до 100
Тестирование	до 100
Реферат	до 100
Лабораторные работы	до 100
Контрольная работа	до 100
Экзамен	до 30

Шкала оценки зачета:

Критерии	Распределение баллов
1. Глубоко, осмысленно, в полном объеме усвоил программный материал, излагает его на высоком научном уровне, изучил обязательную и дополнительную литературу, способен к самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций; 2. Усвоил методологию данной дисциплины, свободно владеет понятиями, определениями, терминами;	0-25 баллов

<p>3. Умеет анализировать и выявлять взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими дисциплинами;</p> <p>4. Умеет творчески применять теоретические знания при решении практических ситуаций;</p> <p>5. Показывает способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе учёбы и профессиональной деятельности</p>	
<p>1. Полно раскрыл материал, предусмотренный программой, изучил обязательную литературу;</p> <p>2. Владеет методологией данной дисциплины, методами исследования, знает определение понятий в области технических средств;</p> <p>3. Умеет установить взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими областями знаний;</p> <p>4. Применяет теоретические знания на практике;</p> <p>5. Допустил незначительные неточности при изложении материала, не искажающие содержание ответа по существу вопроса.</p>	26-50 баллов
<p>1. Владеет материалом в пределах программы курса, знает основные понятия и определения;</p> <p>2. Обладает достаточными знаниями для продолжения обучения и профессиональной деятельности;</p> <p>3. Способен разобраться в конкретной практической ситуации.</p>	51-75 баллов
<p>1. Показал проблемы в знании основного учебного материала;</p> <p>2. Не может дать чётких определений, понятий;</p> <p>3. Не может разобраться в конкретной практической ситуации;</p> <p>4. Не может успешно продолжать дальнейшее обучение в связи с недостаточным объёмом знаний.</p>	76-100 баллов

Шкала оценки посещаемости:

Посещение учебных занятий	Количество баллов
Регулярное посещение занятий	80-100 баллов
Систематическое посещение занятий, единичные пропуски по уважительной причине.	40-79 баллов
Нерегулярное посещение занятий	10-39 баллов
Регулярные пропуски	0 баллов

Шкала оценки качества конспекта:

Критерии	Количество баллов
Содержание конспекта соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью. Присутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	90-100 баллов
Содержание конспекта недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам темы, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения. Присутствуют некоторые схемы, таблицы.	60-89 баллов
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки. В конспекте отсутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	30-59 баллов

Шкала оценки устного опроса студента:

Критерии	Количество баллов
высокая активность на практических занятиях, содержание и изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.	80-100 баллов
участие в работе на практических занятиях, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	60-89 баллов
низкая активность на практических занятиях, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.	30-59 баллов
отсутствие активности на практических	0-29 балла

занятиях, студент показал незнание материала по содержанию дисциплины.	
--	--

Шкала оценки практических заданий студента:

Критерии	Количество баллов
выполнено без ошибок.	80-100 баллов
выполнено с одной ошибкой.	40-79 баллов
выполнено с двумя и более существенными ошибками.	10-39 балла
не выполнено практическое задание.	0 баллов

Шкала оценки написания реферата:

Критерии	Количество баллов
Содержание соответствует поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.	80-100 баллов
Содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	60-79 баллов
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.	30-59 баллов

Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную пятибалльную систему

100-балльная система оценки	Традиционная четырех балльная система оценки
81 – 100 баллов	отлично/зачтено
61 – 80 баллов	хорошо/зачтено
41 – 60 баллов	удовлетворительно/зачтено
0- 40 баллов	неудовлетворительно/не зачтено

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1 Основная литература:

1. Гровер, А. Генеральная Ассамблея. Доклад Специального докладчика по вопросу о праве каждого человека на наивысший достижимый уровень физического и психического здоровья / А. Гровер. - М.: Информационный центр ООН, 2010. - 27 с.;
2. Ланда Б. Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология: учебное пособие /Б.Х. Ланда. - Казань: Познание, 2014.- 66 с.
3. Марчик Л.А. Здоровьесберегающие технологии: учебник для студентов высших учебных заведений / Л.А. Марчик, О.С. Мартыненко - Ульяновск: УлГПУ, 2015. – 358 с.
4. Назарова Е.Н. Основы здорового образа жизни: учебник / Е.Н.Назарово, Ю.Д. Жилов. – 3-е изд., испр. – Москва: Академия, 2013. – 254 с.
5. Прохорова Э.М. Валеология: Учебное пособие / Э.М. Прихорова; Российский государственный университет туризма и сервиса (ГОУВПО «РГУТИС»). – М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. – 2014. – 235 с.
6. Тулякова О.В. Состояние здоровья, физическое и психическое развитие детей в зависимости от различных факторов [Электронный ресурс]: монография/ Тулякова О.В. – Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2014. – 332 с.
7. Чуприна Е. В. Здоровый образ жизни как один из аспектов безопасности жизнедеятельности: учебное пособие / Е. В. Чуприна, М. Н.Закирова. – Самара: Самарский государственный архитектурно-строительный университет, 2013 – 216 с.

6.2 Дополнительная литература

1. Гримблат, С.О. Здоровьесберегающие технологии в подготовке специалистов: Учебно-методическое пособие / С.О. Гримблат, В.П. Зайцев, С.И. Крамской. – Харьков: Коллегиум, 2005. – 184 с.
2. Левина, И.Л. Формирование готовности к здоровьесберегающей деятельности у выпускников педагогического вуза: (монография) / Левина И.Л., Коновалова Н.Г.; Федеральное агентство по образованию, Кузбасская гос. пед. акад. - Новокузнецк: Кузбасская гос. пед. акад., 2007. - 250 с.
3. Баль, Л.В. Педагогу о здоровом образе жизни детей: книга для учителя / Л. В. Баль; под ред. Л.В. Баль; С.В. Барканов, С.А. Горбатенко. - М.: Просвещение, 2005. – с.189.
2. Вайнер Э.Н. Валеология : учеб. для вузов / Э. Н. Вайнер. - 6-е изд. - М. : Флинта : Наука, 2011. – 448 с.
3. Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности : учеб. пособие / Б.Х. Ланда. - [2-е изд.]. - М. : Советский спорт, 2005. – 184 с.
4. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособие для вузов / А. М. Митяева. - М.: Академия, 2008. – 187 с.
5. Морозова, Р. Ф В здоровом теле - здоровый дух : сценарии праздников, конкурсов, вечеров, посвященных здоровому образу жизни / Л.Ю. Трушкина, Л.А. Квитко, Е.А.

Мялицина, Т.В. Шадская; под общ. ред. Р. Ф. Морозовой, Н. Ф. Никулиной. – Ростов н/Д : Феникс, 2012 – 350 с.

6. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней [Текст]:[учеб. пособие для пед. вузов] / В.В. Марков. - М.: Академия, 2001. – 318 с. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 310-311.

7. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений / Л.Д. Назаренко. – М.: Владос-Пресс, 2002. – 238 с.

6.3 Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

1. http://www.koob.ru/medical_psychology/ – электронная библиотека книг по медицинской психологии и психологии здоровья.

2. <http://tests.students.ru/> – психологическое тестирование

3. <http://www.> – сайт Министерства образования и науки РФ.

4. <http://www.school.edu.ru> – Российский сервер школьного образования.

5. <http://www.sport.iatp.> – здоровье, физкультура, спорт.

6. <http://www.recipe.ru/docs/nd/period.php?category=13&type=20> – Нормативные документы, сайт НИИ физиологии детей и подростков. <http://dob.1september.ru> – газета «Дошкольное образование»

7. <http://www.breath.ru> – портал здорового образа жизни.

8. <http://www.zoj.ru> – Вестник ЗОЖ.

9. <http://www.websib.ru/education/books/health.htm> – Укрепление здоровья молодежи в Европе.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

1) Методические рекомендации по практическим занятиям.

2) Методические рекомендации “самостоятельная работа студентов” .

8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ЦЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Лицензионное программное обеспечение:

Microsoft Windows

Microsoft Office

Kaspersky Endpoint Security

Информационные справочные системы:

Система ГАРАНТ

Система «КонсультантПлюс»

Профессиональные базы данных

fgosvo.ru pravo.gov.ru

www.edu.ru

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные учебной мебелью, доской, демонстрационным оборудованием.- помещения для самостоятельной работы, укомплектованные учебной мебелью, персональными компьютерами с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду МГОУ;
- помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, укомплектованные мебелью (шкафы/стеллажи), наборами демонстрационного оборудования и учебно-наглядными пособиями;