

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Арзамасский филиал ННГУ - Психолого-педагогический факультет

УТВЕРЖДЕНО
решением Ученого совета ННГУ
протокол № 6 от 31.05.2023 г.

Рабочая программа дисциплины

Основы педагогики здоровья

Уровень высшего образования
Специалитет

Направление подготовки / специальность
44.05.01 - Педагогика и психология девиантного поведения

Направленность образовательной программы
Психолого-педагогическая профилактика девиантного поведения
несовершеннолетних

Форма обучения
очная

г. Арзамас

2023 год начала подготовки

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.09 Основы педагогики здоровья относится к части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1: Знает научно-практические основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. УК-7.2: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. УК-7.3: Владеет средствами и методами укрепления здоровья, физического самосовершенствования.	УК-7.1: Знать основы педагогики здоровья и валеологии, здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. УК-7.2: Уметь применять на практике различные здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе, с целью поддержания работоспособности, сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов. УК-7.3: Владеть навыками ведения здорового образа жизни с целью пропаганды культуры здоровья среди участников образовательного процесса.	Доклад-презентация Задания Опрос Реферат Тест	Экзамен: Контрольные вопросы
УК-9: Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК-9.1: Знает основы дефектологии и особенности использования дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах. УК-9.2: Умеет выявлять	УК-9.1: Знать основы специальной педагогики и психологии и особенности использования в учебно-воспитательном процессе при решении профессиональных задач.	Доклад-презентация Задания Опрос Реферат Тест	Экзамен: Контрольные вопросы

	<p>проблемы в социальной и профессиональной сферах, связанные с особенностями жизнедеятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья, и находить пути их решения.</p> <p>УК-9.3: Владеет навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья, развития инклюзивной компетентности в социальной и профессиональной сферах.</p>	<p>УК-9.2: Уметь выявлять проблемы, препятствующие реализации инклюзивного образования, связанные с сохранением и укреплением здоровья, поддержанием должного уровня работоспособности, и находить пути решения.</p> <p>УК-9.3: Владеть навыками обеспечения психологически безопасной образовательной среды и здоровьесберегающего пространства для лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p>		
<p>ПК-1: Способен проводить мониторинг социальной среды (включая образовательную), в том числе оценку рисков и ресурсов развития.</p>	<p>ПК-1.1: Знает специфику оценки социальной среды (включая образовательную), в том числе оценку рисков и ресурсов развития.</p> <p>ПК-1.2: Умеет проводить мониторинг социальной среды (включая образовательную).</p> <p>ПК-1.3: Владеет навыками осуществления оценки рисков и ресурсов развития.</p>	<p>ПК-1.1: Знать методы оценки образовательной среды с точки зрения обеспечения психологической безопасности и здоровьесберегающего, здоровьесберегающего потенциала.</p> <p>ПК-1.2: Уметь проводить мониторинг образовательной среды с точки зрения обеспечения психологической безопасности и здоровьесберегающего, здоровьесберегающего потенциала.</p> <p>ПК-1.3: Владеть навыками осуществления оценки рисков и ресурсов развивающей среды (включая образовательную) с точки зрения обеспечения психологической безопасности и здоровьесберегающего, здоровьесберегающего потенциала.</p>	<p>Доклад-презентация Задания Опрос Реферат Тест</p>	<p>Экзамен: Контрольные вопросы</p>

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная
Общая трудоемкость, з.е.	4
Часов по учебному плану	144
в том числе	
аудиторные занятия (контактная работа):	
- занятия лекционного типа	14
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	28
- КСР	2
самостоятельная работа	64
Промежуточная аттестация	36 экзамен

3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины	Всего (часы)	в том числе			
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа (практические занятия/лабораторные работы), часы	Всего	
0 Ф 0	0 Ф 0	0 Ф 0	0 Ф 0	0 Ф 0	
Тема 1. Понятие о педагогике здоровья как системе обеспечения здоровья учащегося.	14	2	4	6	8
Тема 2. Сущность здорового образа жизни.	14	2	4	6	8
Тема 3. Мониторинг образовательной среды с позиций здоровьесбережения и психологической безопасности.	14	2	4	6	8
Тема 4. Основные признаки и этапы развития алкогольной, наркотической и токсикоманической зависимости.	16	2	4	6	10
Тема 5. Системная профилактика здоровья детей и подростков.	18	2	4	6	12
Тема 6. Этапы формирования здоровой личности. Здоровьесберегающие технологии.	16	2	4	6	10
Тема 7. Мобилизация личностных ресурсов как метод копинг-профилактики аддиктивного поведения.	14	2	4	6	8
Аттестация	36				
КСР	2			2	
Итого	144	14	28	44	64

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используются:

- электронный курс "Основы педагогики здоровья" (<https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=8064>).

Иные учебно-методические материалы: Учебно-методические документы, регламентирующие самостоятельную работу, адреса доступа к документам:

<https://arz.unn.ru/sveden/document/>

https://arz.unn.ru/pdf/Method_all_all.pdf

5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:

5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Доклад-презентация) для оценки сформированности компетенции УК-7

1. Концепция о здоровом образе жизни.
2. Употребление психоактивных веществ – проблема современного общества.
3. Профилактическая работа школы против употребления молодежью психоактивных веществ.
4. Педагог как субъект жизнедеятельности с позиций профессионального здоровья.
5. Профессионально-личностные деформации учителя.
6. Технология саморазвития Марии Монтессори в контексте педагогики здоровья.
7. Здоровьесберегающая технология раскрепощенного развития детей В.Ф. Базарного.
8. Технология психологического сопровождения учебной группы М.Ю. Громова и Н.К. Смирнова.

5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Доклад-презентация) для оценки сформированности компетенции УК-9

1. Учебная деятельность как фактор нарушения здоровья детей с ОВЗ.
2. Роль семьи школьника с ОВЗ в поддержании его здоровья.
3. Особенности образовательных технологий с позиции педагогики здоровья.
4. Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения.
5. Формирование культуры здоровья школьников с ОВЗ..
6. Особенности формирования установок на здоровый образ жизни в условиях образовательного учреждения у детей с ОВЗ.

5.1.3 Типовые задания (оценочное средство - Доклад-презентация) для оценки сформированности компетенции ПК-1

1. Состояние здоровья современных учащихся: общий обзор.
2. Кризисы развития личности как факторы риска нарушения здоровья.
3. Концепция системной профилактики нарушений здоровья школьников.
4. Употребление алкоголя, наркотиков и курение у современных школьников.
5. Методы первичной профилактики наркотической зависимости.
6. «Группы риска» и методы вторичной профилактики наркотической зависимости.

Критерии оценивания (оценочное средство - Доклад-презентация)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	отмечается полнота и достоверность представленной в презентации информации, высокое качество оформления презентации и наглядность представляемой информации, краткость и четкость изложения информации при защите презентации
хорошо	выставляется, если в презентации отмечается в целом полная и достоверная информация, одна-ко есть незначительные погрешности в оформлении и наглядности представляемой информации, несколько нарушены краткость и четкость изложения информации при защите презентации
удовлетворительно	выставляется, если представленная в презентации информация неполная или недостоверная, отмечается небрежность в оформлении презентации, слишком кратко изложена информации при защите презентации
неудовлетворительно	выставляется, если представленная в презентации информация содержит грубые ошибки, отмечается низкое качество оформления презентации, отсутствует наглядность, при защите презентации допускаются ошибки, искажения информации

5.1.4 Типовые задания (оценочное средство - Задания) для оценки сформированности компетенции УК-7

1. Раскройте сущность аксиологического принципа педагогики здоровья.
2. Дайте определение понятия «здоровый образ жизни».
3. Раскройте сущность и специфику психогигиены школьников.
4. Приведите примеры групповых методов профилактики употребления психоактивных веществ.
5. Раскройте сущность и специфику работы с родителями по формированию установок на здоровый образ жизни у школьников.

5.1.5 Типовые задания (оценочное средство - Задания) для оценки сформированности компетенции УК-9

1. Раскройте сущность и специфику здоровьесберегающих образовательных технологий в процессе планирования учебно-воспитательной деятельности с детьми с ОВЗ.
2. Опишите педагогические условия успешной реализации педагогики здоровья в контексте инклюзивного образования.
3. Перечислите медико-социальные факторы, влияющие на психологическое здоровье учащихся.
4. Перечислите основные направления психолого-педагогической профилактики школьной дезадаптации первоклассников с ОВЗ.
5. Выделите специфику социально адаптирующих и личностно развивающих технологий.
6. Разработайте мероприятие, направленное на развитие культуры здорового образа жизни для инклюзивного класса.

5.1.6 Типовые задания (оценочное средство - Задания) для оценки сформированности компетенции ПК-1

1. Выделите критерии личности, обладающей культурой здоровья.
2. Сформулируйте принципы построения мониторинга психического и психосоматического здоровья детей.

3. Опишите особенности и трудности формирования установки на здоровый образ жизни в контексте социализации старшеклассников.
4. Раскройте возможности обеспечения формирования установки на здоровый образ жизни в школе.
5. Охарактеризуйте влияние аномальных стилей воспитания на мотивацию достижения успеха и самооценку школьника.

Критерии оценивания (оценочное средство - Задания)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	выполненные контрольные задания содержательно полностью соответствуют поставленным вопросам. Приведенная информация проанализирована, переработана, рассмотрены и приведены различные точки зрения специалистов по данным вопросам, возможно, приведены практические примеры собственного опыта занятий физическими упражнениями. Оформление задания полностью соответствует требуемому шаблону
хорошо	выполненные контрольные задания содержательно соответствуют поставленным вопросам. Приведенная в них информация верная, но она студентом заимствована из источника без проведения анализа содержания. Оформление задания полностью соответствует требуемому шаблону
удовлетворительно	выполненные контрольные задания в целом содержательно соответствуют поставленным вопросам. Приведенная в них информация представлена с ошибками. Оформление задания в целом соответствует требуемому шаблону
неудовлетворительно	выполненные контрольные задания содержательно не соответствуют поставленным вопросам. Приведенная в них информация представлена с ошибками. Оформление задания не соответствует требуемому шаблону

5.1.7 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции УК-7

1. Понятие о педагогике здоровья как системе обеспечения здоровья учащегося.
2. Виды современной системной профилактики нарушений здоровья школьников.
3. Психогигиенические основы учебной деятельности.
4. Групповые методы профилактики вредных привычек и подготовки к ней учащихся-волонтеров.
5. Заболевания, связанные с нарушением здоровья педагогов.

5.1.8 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции УК-9

1. Гармоничное и дисгармоничное в развитии человека как проблема педагогики и психологии здоровья.
2. Адаптивные способности организма.
3. Специфика средовой адаптации человека.
4. Понятие о дисфункциональных семьях; их типология и основные методы оказания помощи.
5. Особенности развития речи и коммуникативной сферы у детей с ограниченными возможностями здоровья.

5.1.9 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции ПК-1

1. Духовно-нравственное развитие и здоровье детей.
2. Динамика здоровья воспитанника и школьника в процессе обучения.
3. Паспорт здоровья школьника как форма организации здоровьесбережения.
4. Профилактика болезней с аэрогенным механизмом заражения в детских коллективах.
5. Кризисы школьной адаптации как источник нарушений здоровья.
6. Модели системной профилактики нарушений здоровья и аддиктивного поведения школьников.

Критерии оценивания (оценочное средство - Опрос)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	студент глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с ситуационными заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
хорошо	студент твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при анализе информации
удовлетворительно	студент освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении анализа информации
неудовлетворительно	выставляется студенту, в ответе которого обнаружилось существенные пробелы в знании основного содержания учебной программы дисциплины и / или неумение использовать полученные знания

5.1.10 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции УК-7

1. Гендерные аспекты здоровья человека.
2. Гимнастика: динамическая, корригирующая, ортопедическая.
3. Гимнастика (пальчиковая, для глаз, дыхательная, динамические паузы и др.).
4. Типы культур в отношении употребления психоактивных веществ. Роль политики государства.
5. Понятие о структуре, функциях, этапах и кризисах развития семьи.

5.1.11 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции УК-9

1. Социальная адаптация и интеграция детей-инвалидов средствами физической культуры и спорта.

2. Изотерапия и художественно-творческая абилитация детей с ограниченными возможностями здоровья.
3. Нервно-психические расстройства школьников.
4. Система психологического сопровождения детей с отклонениями в развитии.

5.1.12 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПК-1

1. Профилактика заболеваний дыхательной, сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата.
2. Двигательная активность.
3. Основы рационального питания.
4. Закаливание и личная гигиена.
5. Режим дня детей и подростков.

Критерии оценивания (оценочное средство - Реферат)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	реферативная работа полностью раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из первоисточников и изданий периодической печати, приводит практические примеры, в докладе отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов
хорошо	реферативная работа частично раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из первоисточников, отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов (при докладе), но при этом дает не четкие ответы, без достаточно их аргументации
удовлетворительно	реферативная работа в общих чертах раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию только из учебников. При ответах на дополнительные вопросы в докладе путается в ответах, не может дать понятный и аргументированный ответ
неудовлетворительно	в работе отмечены нарушения общих требований написания реферата; есть погрешности в техническом оформлении и логические нарушения в представлении материала; некорректно оформлены или не в полном объеме представлены ссылки на использованную литературу в тексте реферата; есть частые орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в авторском тексте; присутствуют случаи фактов плагиата. Студент не может дать пояснений относительно изложенных фактов, не отвечает на наводящие вопросы

5.1.13 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции УК-7

1. Исключите лишнее

Для формирования представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста выделяют следующие возрастные предпосылки:

1. активное развитие психических процессов
2. положительные изменения в физическом и функциональном развитии
3. формирование навыков создания семейных отношений
4. формирование навыков самообслуживания
5. формирование волевых усилий для достижения поставленной цели в игре
6. формирование смысловой сферы собственной жизнедеятельности.

2. Исключите лишнее

Влияние семьи способствует формированию здорового образа жизни младшего школьника, если члены семьи

1. стремятся быть здоровыми, красивыми, успешным в работе.
2. бодры, энергичны, полны жизненных сил.
3. дружно справляются с домашней работой.
4. увлекаются спортом.
5. придерживаются правил эффективного общения.
6. контролируют своё поведение.
7. всегда и все разрешают ребёнку.
8. оберегают ребенка от доступных для него домашних поручений.

3. Установите соответствие

между оценками и критериями эффективности ведения здорового образа жизни

1. Оценка адаптации к социально-экономическим условиям жизни	А. Количество простудных и инфекционных заболеваний в т определенном периоде
2. Оценка морфофункциональных показателей здоровья	Б. Степень сформированности установки на здоровый образ
3. Оценки уровня валеологических показателей	В. Широта и степень проявления социальных и личностных
4. Оценка состояния иммунитета	Г. Уровень физической подготовленности

4. Вставьте пропущенное слово.

Приобщение к здоровому образу жизни начинается с формирования одной или нескольких мотиваций:

мотивация, мотивация подчинения этнокультурным требованиям, мотивация получения удовольствия от здоровья, мотивация самосовершенствования, мотивация маневрирования, мотивация сексуальной реализации, мотивация достижения максимально возможной комфортности

5. Выберите все правильные ответы.

В процессе формирования культуры здоровья у старшеклассников должны быть сформированы:

1. научное понимание сущности здоровья и здорового образа жизни;
2. отношение к здоровью как к ценности;
3. здоровьесберегающее пространство;
4. целостное представление о человеке;
5. навыки управления своим здоровьем;
6. знания в области профилактики вредных привычек и зависимостей;
7. навыки оказания первой медицинской помощи;
8. культура межличностных отношений;

9. навыки безопасного (для здоровья личности) поведения в различных жизненных ситуациях;
10. стратегии и технологии саморазвития.

6. Исключите лишнее

В процессе формирования установок на здоровый образ жизни в младшем школьном возрасте используются следующие технологии и методы:

1. познавательная игра
2. ситуационный метод
3. резервный метод
4. игровой метод
5. соревновательный метод
6. активные методы обучения

7. Установите соответствие

между видами подходов, используемых при профилактике потребления подростками ПАВ, и результатами их реализации

1.Подход, основанный на альтернативной наркотикам деятельности.	А. Сформированные навыки устойчивости к социальному давлению и негативному воздействию средств массовой информации.
2. Подход, основанный на распространении информации о наркотиках.	Б. Целесообразная позитивная активность подростка, альтернативная наркотизации и алкоголизации.
3.Подход, основанный на формировании жизненных навыков	В. Сформированные потребности в здоровом образе жизни.
4.Подход, основанный на эмоциональном обучении.	Г. Информированность подростков о факторах влияния ПАВ на поведение молодого человека
5. Подход, основанный на роли социальных факторов.	Д. Повышенная самооценка, развитые навыки принятия решений, сформированные способности справляться со стрессом.
6.Подход, основанный на приоритете здоровья	Е. Сформированные навыки личного поведения и межличностного

8. Исключите лишнее.

Родительское собрание, посвящённое формированию толерантности у младших школьников, направлено на решение следующих задач:

1. Сформировать у родителей представление о толерантности.
2. Сформировать у ребёнка мотивацию к обучению.
3. Воспитывать культуру и уважение к взаимоотношениям в семье, к окружающим.
4. Показать, к чему могут привести ошибки воспитания.
5. Сформировать адекватную самооценку у всех членов семьи.
6. Наметить пути возможного выхода из конфликтных ситуаций.

9. Установите соответствие

между видами и способами защит, необходимых для продуктивного преодоления подростками жизненных трудностей

1. Поведенческая защита	А. Состоит в формировании у детей гуманистических просоциальных мотивов, установок, ценностей здорового трезвого образа жизни.
2. Когнитивная защита	Б. Состоит в развитии лидерских и волевых качеств, в освоении навыков поведения в трудных жизненных ситуациях и способности к отказу от предложений алкоголя и наркотиков.
3. Мотивационная защита	В. Состоит в эффективном усвоении научных знаний по проблеме
4. Деятельностная защита	Г. Заключается в развитии навыков общения с преодолением затруднений в этой сфере.
5. Коммуникативная защита	Д. Включает обогащение эмоциональной жизни участников и при развитии навыков психологической защиты (совладающего поведения) от стрессов.
6. Эмоциональная защита	Е. Основана на активизации способности и интереса личности к различным видам практической деятельности - учебной, хобби.

10. Исключите лишнее.

Ожидаемыми результатами эффективно реализованной программы формирования культуры здорового образа жизни младших школьников могут стать:

1. Ориентация учащихся на здоровье как на основную нравственную ценность.
2. Формирование у школьников активной жизненной позиции.
3. Стремление к самосохранению путем избегания ответственности.
4. Укрепление здоровья как физического, так и психического.

5.1.14 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции УК-9

1. Исключите лишнее.

При реализации проекта, направленного на формирование у пенсионеров активной творческой старости, когда пенсионеры ведут здоровый образ жизни, решаются следующие задачи:

1. Помочь пожилым людям в восстановлении утраченных и формирование новых коммуникативных навыков;
2. Обеспечить комплекс культурно - просветительских и оздоровительных мероприятий;
3. Активизировать двигательные навыки и применение их в повседневной жизнедеятельности;
4. Поддержать жизненную активность пожилых людей и инвалидов;
5. Определить конкретные виды и формы помощи лицам, нуждающимся в социальной поддержке;
6. Сформировать систему представлений о здоровье и здоровом образе жизни у пенсионеров.

7. Оказать социально-бытовую и другую необходимую помощь;
8. Способствовать развитию здоровых жизненных увлечений и интересов, творческой самореализации пенсионеров.
9. Вовлечь в активную жизнь людей с ограниченными возможностями по зрению.

2. Выберите правильные ответы.

Формирование у студентов сознательного и активного отношения к сохранению и укреплению здоровья требует решения задач:

1. Создание условий для реализации принципов здорового образа жизни.
2. Усвоение студентами принципов и навыков здорового образа жизни.
3. Активизация социального опыта по формированию ответственного отношения к здоровью как ценности.
4. Реабилитация, программа которой основана на данных, полученных после всесторонней диагностики.
5. Повышение уровня информированности молодежи по вопросам сохранения и укрепления здоровья, привлечению к активному отдыху, занятию физической культурой, туризмом и спортом.

3. Выберите правильные ответы.

Формирование у подростков - воспитанников детских домов социальных навыков, обеспечивающих физическое и психическое здоровье, достигается через решение следующих задач:

1. Информирование всех участников образовательного процесса по проблемам сохранения здоровья и формирование культуры здорового образа жизни.
2. Выявление проблем, связанных со здоровьем воспитанников на основе результатов анкетирования, диагностики; на основе данных предоставленных медицинской службой детского дома.
3. Проведение занятий с воспитанниками, направленных на формирование культуры здорового образа жизни.
4. Выявление «истинного» источника символической игры воспитанников.
5. Проведение занятий с воспитанниками направленных на улучшение эмоционального состояния и повышения стрессоустойчивости с использованием игровых и релаксационных упражнений.
6. Организация разных видов деятельности детей совместно с родителями.

4. Исключите лишнее.

В рамках деятельности методического отдела Центра детского творчества осуществляется планирование работы с детьми “группы риска” по формированию здорового образа жизни по следующим направлениям:

1. Помощь подросткам использовать свое свободное время более целенаправленно и плодотворно.
2. Вовлечение детей в личностно-значимую деятельность.
3. Проведение методических объединений с социальными педагогами по вопросам здорового образа жизни.
4. Поддержание связи с ПДН, КДН, наркологическими кабинетами, психологическими службами, культурно-массовыми и социальными институтами.
5. Создание условий для продуктивной активной жизнедеятельности людей пожилого возраста.
6. Информирование родителей о вреде наркотиков для подрастающего поколения.
7. Обучение родителей умению вовлекать своих детей занятиями спортом, искусством, приобщать к культурным ценностям.

5. Исключите лишнее.

При организации здорового образа жизни подростка могут возникнуть следующие трудности, связанные с его возрастными особенностями

1. Возрастающая учебная нагрузка в школе.
2. Сложное социально-экономическое положение в стране.
3. Уменьшение контроля со стороны родителей.
4. Врожденные свойства, нарушения в психическом и физическом развитии.
5. Становление личности ребенка и формирование собственных взглядов на правильный образ жизни.
6. Влияние сверстников на поведение, предпочтения и устремления.
7. Половое созревание и связанное с ним поведение.

5.1.15 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ПК-1

1.Исключите лишнее.

В структуру тренинговых занятий по формированию установок на здоровый образ жизни и продуктивное преодоление жизненных трудностей включены групповые социально-психологические тренинги, направленные:

1. на развитие уверенности в себе.
2. на развитие лидерства.
3. на развитие защит от стрессов и совладающего поведения в кризисных ситуациях.
4. на развитие эмоциональной и коммуникативной сферы.
5. на профориентацию.
6. на контроль эффективности психокоррекционных программ.

2.Исключите лишнее.

В процессе занятия по программе «Здоровье», направленной на формирование установок на здоровый образ жизни, учащиеся начальной и средней школы

- 1.Заполняют «карту здоровья».
- 2.Рисуют красивого человека в своих тетрадах здоровья.
3. На основе анализа рисунков, обсуждают: «Какого человека мы называем красивым?».
- 4.Проводят специализированную диагностику готовности к ведению здорового образа жизни.
- 5.Определяют, что включает в себя понятие «здоровье».

3.Установите соответствие

между возрастом школьников и мероприятиями, направленными на воспитание толерантности

1. 1-5 классы	А. Обучение учащихся пониманию друг друга, умению признавать точку зрения другого, выходить из конфликтной ситуации, раскрытие интереса к другим народам, нациям посредством музейной педагогики, педагогики поддержки «Островок общения», работы учащихся по школьным традициям («Министерство школьных традиций», «Триумфальная арка»).
1. 6-9 классы	Б. Формирование активной жизненной позиции, развитие способности жить в мире разных идей, знание прав и свобод и признание права другого человека на такие же права посредством самостоятельной, индивидуальной и групповой работы учащихся.
1. 10-11 классы	В. Воспитание эмпатии, сочувствия, сопереживания посредством вовлечения учащихся в детское движение «Муравьиное братство»

4.Исключите лишнее

Ожидаемым результатом проведения тренинга личностного роста для подростков может стать

1. повышение самооценки и раскрытие ресурсов.
2. нежелание дальнейшего развития.
3. преодоление внутренних барьеров в общении.
4. формирование зависимостей.
5. формирование навыков уверенного поведения.
6. исследование и принятие себя с сильными и слабыми сторонами личности.
7. формирование навыков поведения в сложных и конфликтных ситуациях.

5.Исключите лишнее.

В целях создания условий гармоничного развития учащихся школьной психологической службой выполняются следующие направления деятельности:

1. психологическое просвещение;
2. психологическая профилактика;
3. психологическая диагностика;
4. развивающая и коррекционная работа;
5. консультативная деятельность;
6. обеспечение образовательных услуг.
7. реализация программ начального общего среднего образования.

Критерии оценивания (оценочное средство - Тест)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	85-100% правильных ответов
хорошо	70-84% правильных ответов
удовлетворительно	45-69% правильных ответов
неудовлетворительно	менее 45% правильных ответов

5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
	не зачтено	зачтено		
<u>Знания</u>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок

<u>Умения</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными незначительными недочетами, выполнены все задания в полном объеме
<u>Навыки</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов

Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
	хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
	удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».

5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации

5.3.1 Типовые задания, выносимые на промежуточную аттестацию:

Оценочное средство - Контрольные вопросы

Экзамен

Критерии оценивания (Контрольные вопросы - Экзамен)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	выставляется, когда студент глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с ситуационными заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
хорошо	выставляется, если студент твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при анализе информации

Оценка	Критерии оценивания
удовлетворительно	выставляется в том случае, при котором студент освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении анализа информации
неудовлетворительно	выставляется студенту, в ответе которого обнаружилось существенные пробелы в знании основного содержания учебной программы дисциплины и / или неумение использовать полученные знания

Типовые задания (Контрольные вопросы - Экзамен) для оценки сформированности компетенции УК-7 (Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности)

1. Психофизиология учебной деятельности (утомляемость, работоспособность, активное внимание).
2. Сущность понятия «Здоровый образ жизни». Уровень, качество, стиль жизни.
3. Структура установки на здоровый образ жизни.
4. История развития культуры здоровья в отечественной и зарубежной педагогике.
5. Мотивации ведения ЗОЖ.
6. Этапы формирования здоровой личности.
7. Кризисные состояния у детей и подростков.
8. Факторы риска и пути предотвращения инфекций, передающихся половым путём.
9. Здоровьесберегающие технологии.
10. Развитие навыков эмоционально-волевой саморегуляции как аспект психологии здоровья.
11. Методика проведения и содержание уроков здоровья в школе.
12. Взаимосвязь экологического воспитания и здоровьесбережения.
13. Определение зависимости. Её механизмы и виды.
14. Проблема созависимости в семьях.
15. Социально-психологический тренинг как активный метод профилактики аддиктивного поведения и развития культуры здоровья.
16. Психодрама и театральные технологии как активные методы профилактики аддиктивного поведения и развития культуры здоровья.
17. Дискуссия и круглый стол как активные методы профилактики аддиктивного поведения и развития культуры здоровья.
18. Мозговой штурм и кейс-метод как активные методы профилактики аддиктивного поведения и развития культуры здоровья.
19. Ценностное отношение современных молодёжных субкультур к здоровью.
20. Целеполагание как психологическая составляющая здорового образа жизни.
21. Тайм-менеджмент как психологическая составляющая здорового образа жизни.

Типовые задания (Контрольные вопросы - Экзамен) для оценки сформированности компетенции УК-9 (Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах)

1. Понятие «Здоровье» в отечественной и зарубежной литературе. Виды здоровья (физическое, психическое, психологическое, нравственное, социальное).
2. Образовательная безбарьерная среда как аспект социально-психологической адаптации детей с особыми возможностями.
3. Арт-педагогика как направление развития культуры здоровья.
4. Здоровьесберегающие аспекты инклюзивного образования.
5. Планирование учебного занятия с учётом возрастных, индивидуальных особенностей здоровья детей.
6. Игра как активный метод профилактики аддиктивного поведения и развития культуры здоровья.
7. Народные игры как технологии здоровьесбережения.
8. Копинг-стратегии. Способы борьбы со стрессом.
9. Мобилизация личностных ресурсов как метод копинг-профилактики.
10. Валео-педагогическая культура родителей и её роль в формировании здорового образа жизни ребёнка.
11. Сущность, закономерности и принципы здоровьесберегающей педагогики.
12. Укрепление психологического и социального здоровья обучающихся средствами социально значимой деятельности.
13. Бережливые технологии в педагогике и психологии здоровья.
14. Профилактика эмоционального выгорания у педагогов.
15. Нарушения развития учебной деятельности и личности детей под воздействием аномальных стилей воспитания.

Типовые задания (Контрольные вопросы - Экзамен) для оценки сформированности компетенции ПК-1 (Способен проводить мониторинг социальной среды (включая образовательную), в том числе оценку рисков и ресурсов развития.)

1. Проблема психологического здоровья. Признаки и критерии.
2. Диагностика сформированности различных компонентов установки на здоровый образ жизни у школьников.
3. Первичная профилактика – предотвращение возникновения заболеваний.
4. Вторичная профилактика – раннее выявление предпатологических состояний внешне здоровых людей.
5. Третичная профилактика – комплекс мер по предупреждению осложнений (реабилитация).
6. Мотивы аддиктивного поведения.
7. Виды психоактивных веществ.
8. Особенности наркологических заболеваний в детско-подростковом возрасте.
9. Основные признаки и этапы развития алкогольной, наркотической зависимости.
10. Диагностика риска возникновения зависимости и сформированности навыков ЗОЖ.
11. Проблема создания и поддержания психологически безопасной образовательной среды.
12. Ценностные ориентации обучающихся как показатель социального здоровья.
13. Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья (гигиенический, адаптивный, дифференцированный, системный, комплексный).
14. Моделирование здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения.
15. Проблема дистанционного и online обучения в педагогике и психологии.
16. Требования СанПиН к образовательным учреждениям и организации занятий для учащихся различных возрастов.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

Основная литература:

1. Айзман Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании / Айзман Р. И., Мельникова М. М., Косованова Л. В. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 282 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/491312> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-07354-6 : 899.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=786833&idb=0>.
2. Тихомирова Л. Ф. Здоровьесберегающая педагогика / Тихомирова Л. Ф., Макеева Т. В. - Москва : Юрайт, 2022. - 251 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/494188> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-06930-3 : 819.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=786341&idb=0>.

Дополнительная литература:

1. Никольский Андрей Вениаминович. Психология здоровья. Специфика и пределы адаптивности человека : Учебник для вузов / Никольский А. В. - Москва : Юрайт, 2021. - 303 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11748-6. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=761024&idb=0>.
2. Этнопедагогика традиционной физической культуры : учебно-методическое пособие для направлений подготовки 44.03.01 «педагогическое образование», профиль 49.03.01 «физическая культура», 49.03.02 «физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья». - Кызыл : ТувГУ, 2018. - 70 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции ТувГУ - Физкультура и Спорт., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=732251&idb=0>.
3. Байкова Л. А. Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи / Байкова Л. А. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 216 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/495073> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-10465-3 : 719.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=786735&idb=0>.
4. Закоркина Н. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Закоркина Н. А. - Омск : ОмГПУ, 2019. - 143 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции ОмГПУ - Медицина. - ISBN 978-5-8268-2234-0., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=754130&idb=0>.
5. Варич Л. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Часть 1: практикум. Ч. 1 / Варич Л. А., Ефимов Д. А. - Кемерово : КемГУ, 2021. - 101 с. - Книга из коллекции КемГУ - Медицина. - ISBN 978-5-8353-2904-5., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=830780&idb=0>.
6. Янова М. Г. Здоровый образ жизни обучающихся в вузе: валеологические аспекты : учеб. пособие / Янова М. Г., Мартиросова Т. А., Кондрашова Е. Д. - Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2020. - 280 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции КГПУ им. В.П. Астафьева - Медицина. - ISBN 978-5-00102-420-0., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=781627&idb=0>.
7. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с

ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие / Андрюхина Т. В., Кетриш Е. В., Третьякова Н. В., Бараковских К. Н., Андрюхиной Т. В. - Екатеринбург : РГППУ, 2019. - 158 с. - Книга из коллекции РГППУ - Физкультура и Спорт. - ISBN 978-5-8050-0665-5., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=802004&idb=0>.

8. Петрушин В. И. Психология здоровья / Петрушин В. И., Петрушина Н. В. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 381 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/491448> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-11949-7 : 1169.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=785029&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

Лицензионное программное обеспечение: Операционная система Windows.

Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Office.

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Российский индекс научного цитирования (РИНЦ), платформа Elibrary: национальная информационно-аналитическая система. Адрес доступа: http://elibrary.ru/project_risc.asp

Свободно распространяемое программное обеспечение:

программное обеспечение LibreOffice;

программное обеспечение «КонсультантПлюс»;

программное обеспечение Paint.NET

Электронные библиотечные системы и библиотеки:

Электронная библиотечная система "Лань" <https://e.lanbook.com/>

Электронная библиотечная система "Консультант студента" <http://www.studentlibrary.ru/>

Электронная библиотечная система "Юрайт" <http://www.urait.ru/>

Электронная библиотечная система "Znanium" <http://znanium.com/>

Фундаментальная библиотека ННГУ. – Адрес доступа: www.lib.unn.ru/

Сайт библиотеки Арзамасского филиала ННГУ. – Адрес доступа: lib.arz.unn.ru

Ресурс «Массовые открытые онлайн-курсы Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского» <https://моос.unn.ru/>

Портал «Современная цифровая образовательная среда Российской Федерации» <https://online.edu.ru/public/promo>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по специальности 44.05.01 - Педагогика и психология девиантного поведения.

Автор(ы): Горская Светлана Викторовна, кандидат педагогических наук, доцент
Чудакова Анна Олеговна.

Рецензент(ы): Ганичева Ирина Александровна, кандидат психологических наук.

Заведующий кафедрой: Щелина Тамара Тимофеевна, доктор педагогических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 24.05.23, протокол № 5.