Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 29.10.2025 01:13:21
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования**

**«Самарский государственный социально-педагогический университет»**

**Кафедра начального образования**

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР и КО,
председатель УМС СГСПУ
_____Н.Н. Кислова

# Технологии организации здоровьесберегающего пространства в дошкольной образовательной организации

## рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Начального образования**

Учебный план ФНО-б23ДНз(5г6м)
Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль): «Дошкольное образование» и «Начальное образование»

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **3 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 108
в том числе:
аудиторные занятия 12
самостоятельная работа 92
часов на контроль 4

Виды контроля в семестрах:
зачеты с оценкой 11

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

| Семестр(Курс.Номер семестра на курсе) | **11(6.1)** | | Итого | |
|---|---|---|---|---|
| Вид занятий | УП | РПД | УП | РПД |
| Лекции | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Семинарские занятия | 8 | 8 | 8 | 8 |
| В том числе инт. | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Итого ауд. | 12 | 12 | 12 | 12 |
| Контактная работа | 12 | 12 | 12 | 12 |
| Сам. работа | 92 | 92 | 92 | 92 |
| Часы на контроль | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Итого | 108 | 108 | 108 | 108 |

Программу составил(и):

**Иванова Наталья Александровна**

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины

**Технологии организации здоровьесберегающего пространства в дошкольной образовательной организации**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 125)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль): «Дошкольное образование» и «Начальное образование»

утвержденного учёным советом СГСПУ от 28.10.2022 г. протокол № 4

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Начального образования**

Протокол от 27.09.2022 г. №2
Зав. кафедрой Л.В. Лысогорова

Начальник УОП
_____ Н.А. Доманина

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель - познакомить будущих педагогов с основными направлениями здоровьесберегающей деятельности и методикой использования здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе образовательного учреждения.

Задачи изучения модуля (дисциплины)

- формирование представлений о здоровьесберегающей деятельности и технологиях здоровьесбережения детей дошкольного возраста;

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП: Б1.В.ДВ.09

**2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:**

Содержание дисциплины базируется на материале:

Для освоения дисциплины «Технологии организации здоровьесберегающего пространства в дошкольной образовательной

**2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**

Освоение дисциплины «Технологии организации здоровьесберегающего пространства в дошкольной образовательной организации»

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

**ПК-1 Способен осуществлять педагогическую деятельность по реализации образовательного процесса по предмету**

**ПК-1.1 Умеет реализовывать образовательную программу по предмету с учетом специфики содержания, методов и инструментов соответствующей области научного знания**

Знает различные типы здоровьесберегающих технологий, возможности их применения в работе с детьми дошкольного возраста; Способен проектировать образовательную деятельность детей с учетом требований здоровьесбережения. Способен реализовывать различные образовательные программы в соответствии с требованиями здорового образа жизни дошкольников и педагогов.

**ПК-1.2 Реализует образовательную программу по предмету с использованием технологий профессиональной деятельности**

Умеет осуществлять отбор
Здоровьесберегающих технологий в соответствии с содержанием деятельности педагога и детей, этапов занятия, физического и психического состояния участников образовательного процесса.

## 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/ | Семестр | Часов | Интеракт. |
|---|---|---|---|---|
| | **Раздел 1. Технологии организации здоровьесберегающего пространства в дошкольной образовательной организации** | | | |
| 1.1 | Здоровье как основная ценность человека. Образ жизни как основной фактор здоровья. /Лек/ | 11 | 2 | 2 |
| 1.2 | Здоровьесберегающая педагогика, ее задачи. Организация образовательного процесса в образовательном учреждении в соответствии с требованиями здоровьесберегающих технологий. /Лек/ | 11 | 2 | 0 |
| 1.3 | Здоровье как основная ценность человека. /Сем зан/ | 11 | 2 | 0 |
| 1.4 | Образ жизни как основной фактор здоровья. /Сем зан/ | 11 | 2 | 0 |
| 1.5 | Здоровьесберегающая педагогика, ее задачи. /Сем зан/ | 11 | 2 | 0 |
| 1.6 | Организация образовательного процесса в образовательном учреждении в соответствии с требованиями здоровьесберегающих технологий. Практические аспекты в | 11 | 2 | 2 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | работе педагога по организации контроля и оценки состояния здоровья детей. /Сем зан/ | | | |
| 1.7 | Вклад ученых в разработку проблемы здорового образа жизни. /Ср/ | 11 | 46 | 0 |
| 1.8 | Практическая деятельность педагога в работе с детьми по сохранению и укреплению здоровья /Ср/ | 11 | 46 | 0 |

## 5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)

### 5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)

**Семестр 11, лекций 2, семинарские 4**

**Раздел 1. Технологии организации здоровьесберегающего пространства в дошкольной образовательной организации**

Лекция №1 (2 часа)

Тема: Здоровье как основная ценность человека.

Вопросы и задания:

1. Общая характеристика наук о здоровье.
2. Сущность и понятие здоровья.
3. Факторы здоровья.
4. Виды здоровья. Отношение к здоровью.
5. Механизмы сохранения и укрепления здоровья: соматический компонент, стресс и адаптация.

Тема: Образ жизни как основной фактор здоровья.

Вопросы и задания:

1. Общее понятие «образ жизни».
2. ЗОЖ. Общая характеристика.
3. Компоненты ЗОЖ: питание, движение, дыхание.
4. Режим дня и здоровье детей.
5. Психогигиена.

Лекция № 2 (2 часа)

Тема: Здоровьесберегающая педагогика, ее задачи.

Вопросы и задания:

1. Государственная политика в области охраны здоровья детей дошкольного возраста.
2. История развития представлений об охране здоровья детей в российской педагогической традиции в 19,20,21 веках.
3. Здоровье детей и педагогические факторы риска.
4. Системы обучения и здоровье детей.
5. Задачи и принципы организации здоровьесберегающей педагогической деятельности.
6. Теоретические аспекты создания ЗСО среды.
7. Виды технологий, используемых в ОУ с целью сохранения и укрепления здоровья участников образовательно-воспитательного процесса.

Тема: Организация образовательного процесса в образовательном учреждении в соответствии с требованиями здоровьесберегающих технологий.

Вопросы и задания:

1. Реализация ЗСОТ в ДОУ:
    - Технологии сохранения и стимулирования здоровья (релаксация, различные виды гимнастик, динамические паузы, спортивные игры и т.д.).
    - Технологии обучения здоровому образу жизни (гимнастика, самомассаж, активный отдых и др.).
    - Коррекционные технологии (Артикуляционная гимнастика, сказкотерапия, технологии музыкального воздействия, ритмопластика и др.).

Семинарское занятие №1 (2 часа)

Тема: Здоровье как основная ценность человека.

Вопросы и задания:

1. Здоровье как интегральный показатель состояния организма. Понятие «здоровье» по ВОЗ и другим авторов. (Брахман, Казначеев и др.). Виды, компоненты, критерии и признаки здоровья.
2. Содержание понятий: физическое, психическое, нравственное, духовное здоровье.
3. Комплексная оценка здоровья школьников по Громбаху. Понятие «эталон» здоровья школьника, пять групп здоровья школьников. Определение понятий: «уровень здоровья», «индекс здоровья».
4. Оформление и назначение «листка – здоровья» школьника.

Семинарское занятие №2 (2 часа)

Тема: Образ жизни как основной фактор здоровья

Вопросы и задания:

1. Валеология – наука о здоровье, её цели, задачи, и содержание.
2. Педагогическая валеология – цели, задачи и основные понятия.
3. Вклад ученых в разработку проблемы здорового образа жизни.
4. Учение И.И. Мечникова об ортобиозе.
5. Технология самосбережения (ортобиотика) в работах В.М. Шепеля.
6. В.М. Бехтерев о здоровье как идее личностного развития.
7. И.Г. Назаров и первые рекомендации по формированию здорового образа жизни.
8. Ресурсное состояние человека.
9. Ресурсосбережение. Потребности личности (физические, духовные, психические) и последствия их неудовлетворения. Физические и психические особенности ресурсного состояния личности

Семинарское занятие №3 (2 часа)

Тема: Здоровьесберегающая педагогика, ее задачи

Вопросы и задания:

1. Определение понятий: «Здоровьесберегающая педагогика и здоровьесберегающие технологии».
2. Технологии общепедагогические и специфические здоровьесберегающие.
3. Работоспособность, фазы работоспособности. Утомление, биологическая роль утомления. Усталость как субъективное ощущение утомления. «Ранняя усталость», ее причины. Переутомление, причины переутомления и последствия. Причины утомления дошкольников.
4. Рациональное питание и здоровье дошкольника
5. Практическая работа: «Расчет энергетического баланса в организме»; «Составление меню дневного рациона дошкольника»; «Исследование питания и здоровья дошкольника». Цель: формирование умений составлять пищевой рацион с учетом правил рационального питания. Оборудование: таблицы определения основного обмена по возрасту, росту, массе, таблицы затрат энергии при различных видах работы, таблицы калорийности, питательной ценности и содержания витаминов в продуктах. Порядок работы:
    - расчет пищевого рациона дошкольника;
    - расчет энергетического баланса;
    - составление меню дневного рациона;
    - исследование питания и здоровья дошкольников.

Семинарское занятие №4 (2 часа)

Тема: Организация образовательного процесса в образовательном учреждении в соответствии с требованиями здоровьесберегающих технологий.

Вопросы и задания:

1. Определение понятия «образ жизни». Два вида образа жизни. Характеристика здорового образа жизни, биологические и социальные принципы ЗОЖ.
2. Уровень жизни, качество жизни и стиль жизни – социально – психологические и социально – экономические категории, формирующие образ жизни.
3. Культура питания, культура движения и культура эмоций – три взаимосвязанные элемента ЗОЖ.
4. Показатели здорового образа жизни детей дошкольного возраста.
5. Оценка физической и умственной работоспособности.

Тема: Практические аспекты в работе педагога по организации контроля и оценки состояния здоровья детей

Вопросы и задания:

1. Показатели здорового образа жизни детей дошкольного возраста.
2. Здоровье детей и педагогические факторы риска.
3. Определение понятий: «Здоровьесберегающая педагогика и здоровьесберегающие технологии».

**5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)**

**Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине**

| № п/п | Темы дисциплины | Содержание самостоятельной работы студентов | Продукты |
|---|---|---|---|

**5.3.Образовательные технологии**

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.

**5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация**

Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины.
Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

**6.1. Рекомендуемая литература**

**6.1.1. Основная литература**

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год |
|---|---|---|---|
| Л1.1 | Поляшова, Н.В. | Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе : учебное пособие / Н.В. Поляшова, И.А. Новикова, И.Г. Маракушина ; Министерство образования и | Архангельск : ИПЦ САФУ, 2012. - 147 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-261-00737-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=43639 |
| Л1.2 | Дмитриев, Ю.А. | Информационные и коммуникационные | Москва : МПГУ, 2016. - 188 с. : табл., схем. - |
| Л1.3 | | | |

**6.1.2. Дополнительная литература**

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год |
|---|---|---|---|
| Л2.1 | Цибульникова, В.Е. | Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В.Е. Цибульникова, Е.А. Леванова ; под общ. ред. | Москва : МПГУ, 2017. - 148 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4263-0490-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471794 |
| Л2.2 | | | |
| Л2.3 | | | |

**6.2 Перечень программного обеспечения**

- ABBYY Lingvo x6 Многоязычная Академическая версия (30 раб. мест)
- Acrobat Reader DC
- Dr.Web Desktop Security Suite, Dr.Web Server Security Suite
- GIMP
- Microsoft Office 2016 Professional Plus (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher)
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month) (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher, Skype for Business, OneDrive, SharePoint Online)
- Microsoft Windows 10 Education
- Microsoft Windows 7/8.1 Professional
- RINEL Lingvo v7.0
- XnView
- Архиватор 7-Zip
- НордМастер 5.0, НордКлиент (16 рабочих мест)
- Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ»

**6.3 Перечень информационных справочных систем**

- Elsevier (база данных «Freedom Collection» и коллекции электронных книг «Freedom Collection eBook collection», национальная подписка на полнотекстовые ресурсы)
- SCOPUS издательства Elsevier
- SpringerNature (национальная подписка на полнотекстовые ресурсы)
- База данных международных индексов научного цитирования Web of Science
- БД «Polpred.com. Обзор СМИ»
- УИС РОССИЯ
- ЭБС «E-LIBRARY.RU»
- ЭБС «ЛАНЬ»
- ЭБС «РУКОНТ» (Контекстум)
- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»

| |
|---|
| - ЭБС «ЮРАЙТ» (Коллекция Легендарные книги) |

| 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) | |
|---|---|
| 7.1 | Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Учебная аудитория. Оснащенность: Меловая доска-1шт., Комплект учебной мебели, ноутбук, проекционное оборудование (мультимедийный проектор и экран). |
| 7.2 | Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный зал. Оснащенность: ПК-4шт., Письменный стол-4 шт., Парта-2 шт. |

| 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) |
|---|
| **СОТРУДНИКИ УОП ЗАПОЛНЯЮТ САМОСТОЯТЕЛЬНО** |

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль): «Дошкольное образование» и «Начальное образование»
Рабочая программа дисциплины «Технологии организации здоровьесберегающего пространства в дошкольной образовательной организации»

Приложение

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Технологии организации здоровьесберегающего пространства в дошкольной образовательной организации»
Курс 6 Семестр 11

| Вид контроля | Минимальное количество баллов | Максимальное количество баллов |
|---|---|---|
| Естествознание | | |
| Текущий контроль по модулю: | | |
| Аудиторная работа | 40 | 65 |
| Самостоятельная работа (специальные обязательные формы) | 10 | 20 |
| Самостоятельная работа (специальные формы на выбор студента) | - | 5 |
| Контрольное мероприятие по модулю | 6 | 10 |
| Промежуточный контроль | | |
| Промежуточная аттестация | 56 | 100 |

| Вид контроля | | Примеры заданий, критерии оценки и количество баллов | | | Темы для изучения и образовательные результаты |
|---|---|---|---|---|---|
| **Модуль 1.** *Название* | | | | | |
| Текущий контроль по модулю | | Виды работы | Критерии | Макс. балл | |
| 1 | Аудиторная работа | Посещение лекций, ведение конспекта | 0,5 балла – конспект лекции соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, структурирован<br><br>1 балл – конспект лекции соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, написан разборчиво, структурирован, содержит дополнительные сведения, почерпнутые студентом из других источников | 8 | Тема 1. Здоровье как основная ценность человека. |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Работа на семинарских занятиях<br><br>Выполнение практических заданий.<br><br>Коллоквиум | 1 балл – присутствие на семинаре, реплики, замечания по обсуждаемым вопросам; практические работы не выполнены.<br><br>2 балла – содержательный ответ на один из вопросов занятия; обнаруживает понимание материала, не может обосновать свои суждения, может применить знания на практике, привести необходимые примеры только по учебнику или лекционному курсу; излагает материал последовательно и правильно. Практические работы выполнены не в полном объеме.<br><br>3 балла – полно и аргументированно отвечает по содержанию задания; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести<br><br>необходимые примеры не только по учебнику, но и<br><br>самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно. Выполнение всех практических работ без ошибок.<br><br>Все задания выполнены | 40<br><br>17 | Тема 2. Образ жизни как основной фактор здоровья.<br><br>Тема 3. Здоровьесберегающая педагогика, ее задачи.<br><br>Тема 4. Организация образовательного процесса в образовательном учреждении в соответствии с требованиями здоровьесберегающих технологий.<br><br>Тема 5. Практические аспекты в работе педагога по организации контроля и оценки состояния здоровья детей.<br><br>Тема: Вклад ученых в разработку проблемы здорового образа жизни.<br><br>Тема: Практическая деятельность педагога в работе с детьми по сохранению и укреплению здоровья |
| 2 | Самост. раб (обяз.) | Доклад | 1 балл – содержание доклада соответствует теме, структурирован, представлено современное видение проблемы; доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение материалом.<br><br>2 балла – содержание доклада соответствует теме, структурирован, цель, | 2 | Знает различные типы здоровьесберегающих технологий, возможности их применения в работе с детьми дошкольного возраста; Способен проектировать образовательную деятельность детей с учетом требований |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | представлено современное видение проблемы; доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение материалом, сопровождался демонстрированием наглядного материала. | | здоровьесбережения. Способен реализовывать различные образовательные программы в соответствии с требованиями здорового образа жизни дошкольников и педагогов.<br><br>Умеет осуществлять отбор Здоровьесберегающих технологий в соответствии с содержанием деятельности педагога и детей, этапов занятия, физического и психического состояния участников образовательного процесса. |
| | | Методическая копилка | Представлена в полном объеме, выполнена качественно, оформлена эстетично. | 10 | |
| | | Рабочая программа | Выполнена в соответствии с требованиями, четко структурирована; разделы программы соответствуют заявленной тематике. | 8 | |
| 3 | Сам. раб. (на выбор) | Выполнение проектов по темам дисциплины: «Я и мое здоровье», «Витамины и здоровье», «О пользе закаливания» и др. на выбор студента.<br><br>Проект выполнен самостоятельно, представлен вовремя, защита проекта проведена публично. | | 5 | |
| Контрольное мероприятие по модулю | | | | | |
| Промежуточная аттестация | | Зачет с оценкой<br>Контрольная работа | Представлена в ФОС | 10 | |
| | | | | 100 | |