


Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
инклюзивного высшего образования  
«Московский государственный гуманитарно-экономический университет»

Факультет психологии и педагогики

Кафедра педагогики и психологии

УТВЕРЖДАЮ

И.О. проректора по учебно-  
методической работе

 И.Л. Руденко  
« 30 » августа 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Психология здоровья и технологии здоровьесбережения в образовании  
образовательная программа направления подготовки  
37.03.01 - Психология  
шифр, наименование

**Профиль подготовки**

Психология развития и образования

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения очная

Курс 1 семестр 1

Москва  
2021

Рабочая программа составлена на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования направления (специальности) 37.03.01 «Психология», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 839 от 29 июля 2020 г. Зарегистрировано в Минюсте России 21 августа 2020 г. № 59374

Составители рабочей программы: Составители рабочей программы:

МГГЭУ, доцент кафедры педагогики и психологии

место работы, занимаемая должность

Казакова Л.П. 30 августа 2021 г.  
подпись Ф.И.О. Дата

Рецензент: МГГЭУ, доцент кафедры педагогики и психологии

место работы, занимаемая должность

Котова Е.В. 30 августа 2021 г.  
подпись Ф.И.О. Дата

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры педагогики и психологии

(протокол № 1 от « 30 » августа 2021 г.)

Заведующий кафедрой

«30» августа 2021 г.  
(дата)

Котовская С.В.  
(подпись)

Котовская С.В.  
(Ф.И.О.)

СОГЛАСОВАНО

Начальник УМУ

«30» августа 2021 г.  
(дата)

Дмитриева И.Г.  
(подпись)

Дмитриева И.Г.  
(Ф.И.О.)

СОГЛАСОВАНО

Декан

факультета

«30» августа 2021 г.  
(дата)

Руденко И.Л.  
(подпись)

Руденко И.Л.  
(Ф.И.О.)

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

библиотекой

«30» августа 2021 г.  
(дата)

Ахтырская В.А.  
(подпись)

Ахтырская В.А.  
(Ф.И.О.)

РАССМОТРЕНО  
И ОДОБРЕНО  
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИМ  
СОВЕТОМ МГГЭУ  
№ 1 «31.08» 2021

## **1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ**

- 1.1. Цель и задачи изучения учебной дисциплины (модуля)
- 1.2. Требования к результатам освоения дисциплины
- 1.3. Место дисциплины в структуре образовательной программы направления подготовки

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

- 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы в соответствии с формами обучения
- 2.2. Содержание дисциплины по темам (разделам)
- 2.3. Разделы дисциплин и виды занятий
- 2.4. Планы теоретических (лекционных) занятий
- 2.5. Планы практических (семинарских) занятий
- 2.6. Планы лабораторных работ
- 2.7. Самостоятельная работа обучающегося по дисциплине (модулю)

## **3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

## **4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

- 4.1. Перечень основной литературы
- 4.2. Перечень дополнительной литературы
- 4.3. Электронные ресурсы

## **5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

## **6. ОЦЕНКА КОМПЕТЕНЦИЙ ПО ИЗУЧАЕМОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

## **7. ПРИМЕНЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

## **8. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

### **Приложение 1**

Методические рекомендации для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)

### **Приложение 2**

Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю)

# 1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Цели и задачи изучения дисциплины (модуля)

**Цель** - формирование у студентов представления о возможности раскрытия способности человека развивать интеллект и уметь им пользоваться, освоение основных принципов самореализации человека, умения ставить цели и достигать их, выбирая адекватные средства, ознакомление с существующими подходами к развитию физической составляющей здоровья человека.

### **Задачи:**

повышение уровня психологической культуры, под которой понимается степень совершенства, достигнутого в овладении данной отраслью психологических знаний;

- повышение уровня культуры общения, степени совершенства в области внутренней и внешней коммуникации;
- определение путей, условий и методов самореализации, раскрытия своего творческого и духовного потенциала;
- освоение современных принципов и методов достижения психического и физического здоровья личности.

## 1.1. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс освоения учебной дисциплины направлен на формирование у обучающихся следующих компетенций: УК-8; ОПК-6, ПК-6.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен владеть компетенциями:

<b>Код компетенции</b>	<b>Содержание компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций</b>
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. Знает как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов. УК-8.2. Умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов УК-8.3. Владеет навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
ОПК-6	Способен оценивать и удовлетворять потребности и	ОПК-6.1. Знает потребности и запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам ОПК-6.2. Умеет оценивать и удовлетворять

	запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам	потребности и запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам ОПК-6.3. Владеет навыками оценки и удовлетворения потребностей и запросов целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам
ПК-6	Способен оказывать консультативную, профилактическую и коррекционно-развивающую помощь субъектам образовательного процесса и социальной сферы	ПК-6.1. Знает особенности и принципы оказания консультативной, профилактической и коррекционно-развивающей помощи субъектам образовательного процесса и социальной сферы. ПК-6.2. Умеет оказывать консультативную, профилактическую и коррекционно-развивающую помощь субъектам образовательного процесса и социальной сферы ПК-6.3. Владеет практическими навыками проведения консультирования, коррекции, просвещения и профилактики субъектам образовательного процесса

### 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы направления подготовки

Учебная дисциплина «Психология здоровья и технологии здоровьесбережения в образовании» относится к части дисциплин, формируемой участниками образовательных отношений блока 1.

Изучение учебной дисциплины «Психология здоровья и технологии здоровьесбережения в образовании» базируется на знаниях, умениях и навыках, полученных обучающимися при изучении программы средней школы.

Изучение учебной дисциплины «Психология здоровья и технологии здоровьесбережения в образовании» необходимо для освоения таких дисциплин, как «Введение в клиническую психологию», «Психологическая служба в образовании», «Развитие психологической безопасности и жизнестойкости лиц с инвалидностью и ОВЗ», а также для прохождения производственной практики и подготовки студентов к итоговой государственной аттестации.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы в соответствии с формами обучения

Объем дисциплины составляет 3 зачетные единицы / 108 часов.

Вид учебной работы	Очная форма	Заочная форма
Аудиторная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий), всего в том числе:		
Лекции	24	
Практические занятия	48	
Самостоятельная работа обучающихся	36	
Промежуточная аттестация (подготовка и сдача), всего:		
Курсовая работа		
Зачет/ Зачет с оценкой/ Экзамен		
Итого: общая трудоемкость учебной дисциплины (в часах, зачетных единицах)	108 (3 з.ед.)	

### 2.2. Содержание дисциплины по темам (разделам)

№	Наименование	Содержание раздела (тематика занятий)	Формируемые
---	--------------	---------------------------------------	-------------

п/п	раздела (темы)		компетенции (индекс)
1	<b>Раздел 1. Психология здоровья</b>		
1.1	Здоровье как ценность образования.	Методологические подходы к здоровью. Условное выделение видов здоровья. Характеристика наук и отраслей наук, занимающихся решением проблемы сохранения здоровья детей. Состояние и основные тенденции здоровья детей и подростков. Факторы, влияющие на здоровье детей школьного возраста. Теоретические предпосылки возникновения здоровьесберегающей и лечебной педагогики.	УК-8.1 ОПК-6.1
1.2	Физическое здоровье и его критерии	Физическое здоровье, критерии физического здоровья. Факторы, влияющее на физическое здоровье. Факторы риска для физического здоровья. Защитные резервы организма человека. Возрастной аспект физического здоровья	УК-8.1 ОПК-6.1
1.3	Психическое и социальное здоровье	Общее представление о психологическом здоровье. О понятии «норма» в психологии. Психическое здоровье. Понимание психологического здоровья в отечественной психологии. Психологические аспекты здоровья, личностная зрелость. Возрастной аспект психического здоровья. Социальное здоровье. Общество и его институты как фактор сохранения здоровья человека. Понятие здоровья населения. Взаимосвязь здоровья населения с уровнем и качеством жизни.	УК-8.1 ОПК-6.1
1.4	Понятие культуры здоровья	Культура здоровья. Основные подходы к пониманию сущности культуры здоровья. Функции культуры здоровья. Здоровый образ жизни, его аспекты. Мотивация здорового образа жизни. Пропаганда здорового образа жизни.	УК-8.1 ОПК-6.1
<b>Раздел 2. Технологии здоровьесбережения в образовании</b>			
2.1	Основы здоровьесберегающей и лечебной педагогики.	Сущность здоровьесберегающей педагогики. Закономерности здоровьесберегающей педагогики. Принципы здоровьесберегающей педагогики. Основные особенности лечебной педагогики. Психологическая работа в системе «лечебной педагогики». Понятие «здоровьесберегающие технологии».	УК-8.1 УК-8.2 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-6.1
2.2	Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для	Экспертно-функциональный подход к организации здоровьесберегающей педагогической деятельности.	УК-8.1 УК-8.2 ОПК-6.1

	сохранения здоровья детей.	Экспертиза программ, технологий, учебного процесса с точки зрения их влияния на здоровье обучающихся. Особенности выбора технологий с учетом комплектования школы. Анализ урока с точки зрения его влияния на здоровье детей.	ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-6.1 ПК-6.2
2.3	Условия реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья обучающихся	Комплексная оценка риска заболеваемости школьников. Единые требования к программам «Здоровье», реализуемым в образовательных учреждениях. Компетентность педагогов и готовность к осуществлению здоровьесберегающей деятельности. Механизмы взаимодействия педагогов и других специалистов образовательных учреждений в решении вопросов сохранения и укрепления здоровья детей. Использование средств оптимизации и восстановительных мероприятий в учебном процессе. Мониторинг здоровья обучающихся в образовательном учреждении. Профилактика дидактогенного стресса в образовательных учреждениях. Профилактика вредных привычек и аддиктивного поведения учащихся. Сохранение репродуктивного здоровья учащихся.	УК-8.1 УК-8.2 УК-8.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-6.1 ПК-6.2 ПК-6.3
2.4	Формирование здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении	Сущность понятия «здоровьесберегающая среда». Критерии эффективности реализации функции по сохранению и укреплению здоровья образовательными учреждениями и создания здоровьесберегающей среды. Модель создания здоровьесберегающей среды.	УК-8.1, УК-8.2 УК-8.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-6.1, ПК-6.2 ПК-6.3
2.5	Здоровьесберегающие аспекты инклюзивного образования	Организация образовательного процесса в инклюзивной образовательной среде. Инклюзивная практика психолого-педагогического и социального сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательной школе и учреждении дополнительного образования детей. Социально-педагогические условия формирования доступной среды для инклюзивного образования студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.	УК-8.1 УК-8.2 УК-8.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-6.1 ПК-6.2 ПК-6.3

### 2.3. Разделы дисциплин и виды занятий

## Очная форма

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Всего часов	Формы текущего контроля успеваемости
1	<b>Раздел 1. Психология здоровья</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>14</b>	<b>44</b>	
1.1	Здоровье как ценность образования.	2	4	2	8	Устный опрос
1.2	Физическое здоровье и его критерии	2	4	4	10	Устный опрос
1.3	Психическое и социальное здоровье	4	8	4	16	Устный опрос
1.4	Понятие культуры здоровья	2	4	4	10	Устный опрос
2	<b>Раздел 2. Технологии здоровьесбережения в образовании</b>	<b>14</b>	<b>28</b>	<b>22</b>	<b>64</b>	Устный опрос
2.1	Основы здоровьесберегающей и лечебной педагогики.	2	4	4	10	Устный опрос
2.2	Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья детей.	2	4	4	10	Устный опрос
2.3	Условия реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья обучающихся	4	6	4	14	Устный опрос
2.4	Формирование здоровьесберегающей среды в образовательно	2	6	4	12	Устный опрос



	м учреждении					
2. 5	Здоровьесберегающие аспекты инклюзивного образования	4	8	6	18	Устный опрос
	<b>Итого:</b>	<b>24</b>	<b>48</b>	<b>36</b>	<b>108</b>	

### Заочная форма

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Всего часов	Формы текущего контроля успеваемости
1	<b>Раздел 1. Психология здоровья</b>					
1.1	Здоровье как ценность образования.					Устный опрос
1.2	Физическое здоровье и его критерии					Устный опрос
1.3	Психическое и социальное здоровье					Устный опрос
1.4	Понятие культуры здоровья					Устный опрос
2	<b>Раздел 2. Технологии здоровьесбережения в образовании</b>					Устный опрос
2.1	Основы здоровьесберегающей и лечебной педагогики.					Устный опрос
2.2	Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья детей.					Устный опрос
2.3	Условия реализации образовательными учреждениями функции сохранения и					Устный опрос

	укрепления здоровья обучающихся					
2.4	Формирование здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении					Устный опрос
2.5	Здоровьесберегающие аспекты инклюзивного образования					Устный опрос
	<b>Итого:</b>					

## 2.4 Планы теоретических (лекционных) занятий

### Очная форма

№	Наименование тем теоретических (лекционных) занятий	Кол-во часов во 1 семестре
<b>РАЗДЕЛ 1. Психология здоровья</b>		<b>10</b>
1.1	Здоровье как ценность образования.	2
1.2	Физическое здоровье и его критерии	2
1.3	Психическое и социальное здоровье	4
1.4	Понятие культуры здоровья	2
<b>РАЗДЕЛ 2. Технологии здоровьесбережения в образовании</b>		<b>14</b>
2.1	Основы здоровьесберегающей и лечебной педагогики.	2
2.2	Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья детей.	2
2.3	Условия реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья обучающихся	4
2.4	Формирование здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении	2
2.5	Здоровьесберегающие аспекты инклюзивного образования	4
Итого во 1 семестре:		<b>24</b>

### Заочная форма

№	Наименование тем теоретических (лекционных) занятий	Кол-во часов
<b>РАЗДЕЛ 1. Психология здоровья</b>		
1.1	Здоровье как ценность образования.	
1.2	Физическое здоровье и его критерии	
1.3	Психическое и социальное здоровье	
1.4	Понятие культуры здоровья	
<b>РАЗДЕЛ 2. Технологии здоровьесбережения в образовании</b>		
2.1	Основы здоровьесберегающей и лечебной педагогики.	
2.2	Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья детей.	
2.3	Условия реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья обучающихся	
2.4	Формирование здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении	
2.5	Здоровьесберегающие аспекты инклюзивного образования	

Итого:	
--------	--

## 2.5. Планы практических (семинарских) занятий Очная форма

№	Наименование тем практических занятий	Кол-во часов во 1 семестре
<b>РАЗДЕЛ 1. Психология здоровья</b>		<b>20</b>
1.1	Здоровье как ценность образования.	4
1.2	Физическое здоровье и его критерии	4
1.3	Психическое и социальное здоровье	8
1.4	Понятие культуры здоровья	4
<b>РАЗДЕЛ 2. Технологии здоровьесбережения в образовании</b>		<b>28</b>
2.1	Основы здоровьесберегающей и лечебной педагогики.	4
2.2	Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья детей.	4
2.3	Условия реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья обучающихся	6
2.4	Формирование здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении	6
2.5	Здоровьесберегающие аспекты инклюзивного образования	8
Итого во 1 семестре:		<b>48</b>

### Заочная форма

№	Наименование тем практических занятий	Кол-во часов
<b>РАЗДЕЛ 1 Психология здоровья</b>		
<b>РАЗДЕЛ 2. Технологии здоровьесбережения в образовании</b>		
Итого:		

## 2.6. Планы лабораторных работ Не предусмотрены.

## 2.7. Планы самостоятельной работы обучающегося по дисциплине (модулю) Очная форма

№	Название разделов и тем	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость	Формируемые компетенции	Формы контроля
<b>РАЗДЕЛ 1. Психология здоровья</b>			<b>14</b>		
1.1	Здоровье как ценность образования.	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации	2	УК-8.1 ОПК-6.1	Подготовка рефератов
1.2	Физическое здоровье и его критерии	Проработка вопросов по теме для подготовки к	4	УК-8.1 ОПК-6.1	Устный опрос

		текущему контролю и промежуточной аттестации			
1.3	Психическое и социальное здоровье	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации	4	УК-8.1 ОПК-6.1	Устный опрос
1.4	Понятие культуры здоровья	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации	4	УК-8.1 ОПК-6.1	Устный опрос
<b>РАЗДЕЛ 2. Технологии здоровьесбережения в образовании</b>			<b>22</b>		
2.1	Основы здоровьесберегающей и лечебной педагогики.	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации	4	УК-8.1 УК-8.2 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-6.1	Устный опрос
2.2	Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья детей.	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации	4	УК-8.1 УК-8.2 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-6.1 ПК-6.2	Устный опрос
2.3	Условия реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья обучающихся	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации	4	УК-8.1 УК-8.2 УК-8.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-6.1 ПК-6.2 ПК-6.3	Устный опрос
2.4	Формирование здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации	4	УК-8.1, УК-8.2 УК-8.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-6.1, ПК-6.2 ПК-6.3	Устный опрос
2.5	Здоровьесберегающие аспекты инклюзивного образования	Проработка вопросов по теме для подготовки к	6	УК-8.1 УК-8.2 УК-8.3 ОПК-6.1	Устный опрос

		текущему контролю и промежуточной аттестации		ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-6.1 ПК-6.2 ПК-6.3	
<b>Итого:</b>			<b>36</b>		

### Заочная форма

№	Название разделов и тем	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость	Формируемые компетенции	Формы контроля
<b>РАЗДЕЛ 1. Психология здоровья</b>					
1.1	Здоровье как ценность образования.	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации		УК-8.1 ОПК-6.1	Подготовка рефератов
1.2	Физическое здоровье и его критерии	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации		УК-8.1 ОПК-6.1	Устный опрос
1.3	Психическое и социальное здоровье	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации		УК-8.1 ОПК-6.1	Устный опрос
1.4	Понятие культуры здоровья	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации		УК-8.1 ОПК-6.1	Устный опрос
<b>РАЗДЕЛ 2. Технологии здоровьесбережения в образовании</b>					
2.1	Основы здоровьесберегающей и лечебной педагогики.	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации		УК-8.1 УК-8.2 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-6.1	Устный опрос
2.2	Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья детей.	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации		УК-8.1 УК-8.2 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-6.1 ПК-6.2	Устный опрос

2.3	Условия реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья обучающихся	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации		УК-8.1 УК-8.2 УК-8.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-6.1 ПК-6.2 ПК-6.3	Устный опрос
2.4	Формирование здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации		УК-8.1, УК-8.2 УК-8.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-6.1, ПК-6.2 ПК-6.3	Устный опрос
2.5	Здоровьесберегающие аспекты инклюзивного образования	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации		УК-8.1 УК-8.2 УК-8.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-6.1 ПК-6.2 ПК-6.3	Устный опрос
<b>Итого:</b>					

### 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**При освоении материала дисциплины обучающемуся необходимо:**

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

**Алгоритм работы над каждой темой:**

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на практическом занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к практическим занятиям.

**Самостоятельная подготовка к семинару направлена:**

- на развитие способности к чтению научной и иной литературы;

- на поиск дополнительной информации, позволяющей глубже разобраться в некоторых вопросах;
- на выделение при работе с разными источниками необходимой информации, которая требуется для полного ответа на вопросы плана семинарского занятия;
- на выработку умения правильно выписывать высказывания авторов из имеющихся источников информации, оформлять их по библиографическим нормам;
- на развитие умения осуществлять анализ выбранных источников информации;
- на подготовку собственного выступления по обсуждаемым вопросам;
- на формирование навыка оперативного реагирования на разные мнения, которые могут возникнуть при обсуждении тех или иных научных проблем.

#### **Самостоятельная подготовка к зачету.**

Должна осуществляться в течение всего семестра, включает следующие действия:

- необходимо перечитать все лекции, а также материалы, которые готовились к семинарским (практическим) занятиям в течение семестра;
- необходимо соотнести эту информацию с вопросами, которые даны к зачету;
- дополнение к ответам следует искать в предложенной преподавателем литературе; рекомендуется делать краткие записи, т.е. формировать четкие логические схемы ответа на каждый вопрос.

#### **Особенности обучения лиц с ОВЗ:**

- использование при проверке усвоения материала методик, не требующих выполнения рукописных работ или изложения вслух (при затруднениях с письмом или речью), например, тестовых бланков;
- использование текстовых и/или аудио записей лекций (при затруднении конспектирования).

## **4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

### **4.1. Перечень основной литературы**

1. Петрушин, В. И. Психология здоровья: учебник для академического бакалавриата / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 381 с. — (Бакалавр.Академический курс). — 978-5-534-11272-6. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/446483>
2. Тихомирова, Л. Ф. Здоровьесберегающая педагогика: учебник для академического бакалавриата / Л. Ф. Тихомирова, Т. В. Макеева. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 251 с. — (Образовательный процесс). — 978-5-534-08357-6. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/442123>

### **4.2. Перечень дополнительной литературы**

1. Байкова, Л. А. Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Л. А. Байкова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 216 с. — (Авторский учебник). — ISBN 978-5-534-10465-3. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/430866>

2. Леван, Т. Н. Здоровье ребенка в современной информационной среде : учебно-методическое пособие / Т.Н. Ле-ван. — М. : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2018. — 224 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-00091-040-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/952297>

3. Петряков, П. А. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе: учебное пособие для академического бакалавриата / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 197 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07603-5. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/437688>

4. Подольский, А. И. Психология развития. Психоэмоциональное благополучие детей и подростков: учебное пособие для вузов / А. И. Подольский, О. А. Идобаева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 124 с. — (Авторский учебник). — ISBN 978-5-534-07261-7. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/438689>

5. Прохорова, О. Г. Психология семьи. Психологическое здоровье: учебное пособие для вузов / О. Г. Прохорова, В. С. Торохтий. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 152 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-06227-4. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/438085>

#### 4.3. Программное обеспечение

Данные о программном обеспечении отражены в таблице (раздел 5).

#### 4.4. Электронные ресурсы

Научная электронная библиотека <http://www.elibrary.ru>

ЭБС «Юрайт» - <http://www.urait.ru>.

ЭБС Znanium.com - <https://znanium.com>.

### 5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий	Перечень оборудования и технических средств обучения
1.	Аудитория для лекционных и практических занятий	Комплекс мультимедийного презентационного оборудования: компьютер, проектор.
2.	Программное обеспечение	1) Средства Microsoft Office: – Microsoft Office Word – текстовый редактор; – Microsoft Office Excel – табличный редактор; – Microsoft Office Power Point – программа подготовки презентаций;



	<p>2) АИБС "МАРК-SQL - версия для мини библиотек";</p> <p>3) Applications - Office Standard 2013;</p> <p>4) eAuthor CBT v.3.3 версия базовая-конструктор дистанционных учебных курсов, тестов, упражнений;</p> <p>5) iSpring Presenter 7.0 2-Seat Academic License – программа для разработки интерактивных учебных курсов с тестами, опросами, а также аудио- и видео сопровождением.</p>
--	--

## 6. ОЦЕНКА КОМПЕТЕНЦИЙ ПО ИЗУЧАЕМОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

№	Критерии оценки	
	«не зачтено»	«зачтено»
<b>ЗНАТЬ</b>		
1.	<p>Студент демонстрирует незнание теоретических основ предмета. Допускает существенные ошибки, знания носят отрывочный и бессистемный характер; нет понимания важных, узловых вопросов курса, на большинство дополнительных вопросов даны ошибочные ответы.</p>	<p>Студент самостоятельно выделяет главные положения в изученном материале. Знает основные принципы и закономерности изучаемых явлений. Показывает глубокое знание и понимание основных положений науки.</p>
<b>УМЕТЬ</b>		
2.	<p>Студент испытывает затруднения при изложении материала. Студент не умеет делать аргументированные выводы, приводить примеры. Проявляет отсутствие логичности и непоследовательности изложения. Студент не способен делать самостоятельные выводы, комментировать излагаемый материал. Студент не умеет приводит примеры для подтверждения своих аргументов.</p>	<p>Студент умеет анализировать элементы, устанавливать связи между ними. Студент умеет самостоятельно делать аргументированные выводы, подтверждая их примерами. Студент умеет использовать теоретические знания для решения практических задач.</p>
<b>ВЛАДЕТЬ</b>		
3.	<p>Студент не владеет навыками логичного и последовательного изложения материала. Не владеет навыками выделения существенных и несущественных признаков, причинно-следственных связей. Не владеет умениями подтверждать факты конкретными примерами, выстраивать междисциплинарные связи.</p>	<p>Студент владеет концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией. Студент владеет знаниями всего изученного материала, владеет навыками логичного и последовательного изложения материала. Владеет навыками выделения существенных и несущественных признаков, причинно-следственных связей. Владеет умениями подтверждать факты конкретными примерами, выстраивать междисциплинарные связи.</p>

## 7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Интерактивные образовательные технологии, используемые в аудиторных занятиях и самостоятельной работе обучающихся

Семестр	Вид занятия (Л, ПР, СР)	Используемые интерактивные образовательные технологии	Количество часов
1	Л	Объяснительно-иллюстративное обучение с элементами проблемности, обучение в контексте профессии, реализуется в учебных заданиях, учитывающих специфику направления и профиля подготовки (технология контекстного обучения).	4
	ПР	Подготовка реферата по согласованной теме, его презентация и защита (технология электронного обучения).	4
	Сам.работа	Проработка вопросов по теме для подготовки к текущему контролю и промежуточной аттестации (технология проектной деятельности).	4
Итого:			<u>16</u>

## 8. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### 8.1. Организация входного, текущего и промежуточного контроля обучения

Входное тестирование – не предусмотрено.

Текущий контроль – коллоквиум, подготовка рефератов.

Промежуточная аттестация – зачет.

### 8.2. Тематика рефератов

**Не предусмотрены**

*Примерные темы выступлений*

1. Здоровый образ жизни – фундамент здоровья человека.
2. Социальные аспекты здорового образа жизни.
3. Основные методы пропаганды здорового образа жизни.
4. Классификация подходов к оценке здоровья обучающихся.
5. Научно-технический прогресс и здоровье.
6. Основные группы факторов риска, неблагоприятно влияющие на здоровье населения (человека).
7. Удельный вес групп факторов риска, связанных с образом жизни людей.
8. Элементы здорового образа жизни.
9. Приказы МЗ РФ и Законы РФ, направленные на укрепление здоровья человека.
10. Гигиена умственного труда.
11. Картоотека здоровьесберегающих технологий.
12. Формы и методы работы здоровьесбережению.
13. Роль здоровьесберегающих технологий в современном обществе.
14. Развитие здоровьесберегающих технологий как условия безопасного обучения.
15. Условия повышения качества здоровьесберегающих технологий.

### 8.3. Курсовая работа

**Не предусмотрена.**

#### **8.4. Вопросы к зачету**

1. Понятие здоровья. Критерии здоровья.
2. Понятие физического здоровья.
3. Двигательная активность и физическое здоровье.
4. Система питания и физическое здоровье.
5. Понятие социального здоровья. Здоровье общества как условие здоровья личности.
6. Семья как фактор здоровья учащихся.
7. Система здравоохранения как институт социального здоровья.
8. Понятие психического здоровья.
9. Критерии психического здоровья, ориентированные на норму.
10. Психологическая устойчивость как критерий психического здоровья.
11. Гармония личности как критерий психического здоровья.
12. Проблема сохранения здоровья детей и подростков и ее научное решение.
13. Основы здоровьесберегающей и лечебной педагогики.
14. Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья учащихся. Гигиенический подход.
15. Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья учащихся. Адаптивный подход.
16. Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья учащихся. Дифференциальный подход.
17. Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья учащихся. Комплексный подход.
18. Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья учащихся. Системный подход.
19. Подходы, реализуемые в образовательных учреждениях для сохранения здоровья учащихся. Экспертно-функциональный подход.
20. Сущность культуры здоровья и ее проявления.
21. Педагогическая система действий по развитию культуры здоровья учащихся. Индивидуализация обучения как условие сохранения здоровья подрастающего поколения
22. Здоровьесберегающие образовательные технологии.
23. Методика и организация оздоровительной работы.
24. Понятие стресса и его характеристики. Виды стресса.
25. Неконтролируемый стресс.
26. Учет закономерностей психологии и физиологии стресса в образовательных учреждениях.
27. Понятие дидактогенного стресса.
28. Эмоциональное выгорание – фактор риска в педагогической и учебной деятельности.
29. Профилактика эмоционального выгорания учащихся в образовательных организациях.
30. Факторы эмоционального выгорания студентов.
31. Аддикции, аддиктивное поведение учащихся.
32. Факторы приобщения к курению детей и подростков.
33. Основные направления профилактики наркотизации обучающихся.
34. Факторы сохранения репродуктивного здоровья обучающихся.
35. Здоровьесберегающие аспекты инклюзивного образования.
36. Организация образовательного процесса в инклюзивной образовательной среде.
37. Инклюзивная практика психолого-педагогического и социального сопровождения обучающихся с ОВЗ в общеобразовательной школе.

38. Социально-педагогические условия формирования доступной среды для инклюзивного образования студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.

#### 8.5. Контроль освоения компетенций

<b>Вид контроля</b>	<b>Контролируемые темы (разделы)</b>	<b>Компетенции, компоненты которых контролируются</b>
<i>Подготовка рефератов</i>	<i>1</i>	УК-8.1, ОПК-6.1
<i>Коллоквиум</i>	<i>1-2</i>	УК-8.1, УК-8.2, УК-8.3, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ОПК-6.3, ПК-6.1, ПК-6.2, ПК-6.3



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ИНКЛЮЗИВНОГО ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ

Факультет психологии и педагогики  
Кафедра педагогики и психологии

**РЕЦЕНЗИЯ**

на рабочую программу дисциплины «Психология здоровья и технологии  
здоровьесбережения в образовании» Казаковой Л.П.  
кандидатом психологических наук, доцентом кафедры педагогики и психологии

Рабочая программа дисциплины «Психология здоровья и технологии здоровьесбережения в образовании» предназначена для реализации требований федерального государственного образовательного стандарта к уровню подготовки выпускников по образовательной программе 37.03.01 «Психология». Данный курс формирует знания об организации деятельности психологического консилиума образовательного учреждения как базовой формы междисциплинарного взаимодействия в решении вопросов оказания специальной психолого-педагогической поддержки и наблюдения за динамикой развития ребенка.

Рабочая программа дисциплины «Психология здоровья и технологии здоровьесбережения в образовании» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по данному направлению подготовки, Положением о рабочей программе МГГЭУ, учебным планом и графиком учебного процесса по данному направлению подготовки.

Рабочая программа содержит следующие элементы: титульный лист, сведения о разработчике и согласовании программы, цель и задачи, формируемые компетенции, место дисциплины в структуре образовательной программы, содержание тем, объем учебной дисциплины и виды учебной работы, тематический план, используемые образовательные технологии и формы контроля, условия реализации программы (требования к минимальному материально-техническому обеспечению, перечень рекомендуемых основных учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы).

Четко сформулированная цель программы и структура находятся в логическом соответствии. Содержание программы направлено на достижение результатов, определяемых ФГОС. Тематика и формы контроля соответствуют целям и задачам учебной дисциплины. Оценка результатов освоения дисциплины выстроена логически грамотно.

Перечень компетенций содержит все компетенции, предусмотренные ФГОС и учебным планом направления подготовки. Требования к знаниям, умениям, навыкам обучающегося, формируемым в процессе освоения дисциплины, соответствуют ФГОС. Содержание программы дисциплины соответствует общей трудоемкости, предусмотренной учебным планом.

Пункт «Учебно-методическое обеспечение дисциплины» соответствует нормативным требованиям - в списке основной литературы приведены издания, выпущенные не позднее 2018 года, соответствующие требованиям к учебным изданиям.

**Заключение:**

Программа может быть рекомендована для использования в образовательном процессе ФГБОУИ ВО МГГЭУ.

**Рецензент:**

Котова Е.В., кандидат психологических наук, доцент,  
доцент кафедры педагогики и психологии МГГЭУ