

Министерство науки и высшего образования РФ
Соликамский государственный педагогический институт (филиал)
федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«Пермский государственный национальный исследовательский университет»



УТВЕРЖДАЮ:

Директор СГПИ филиал ПГНИУ

Т.А. Безусова

202__ г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
повышения квалификации

«Реализация здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности»

Автор-составитель:
кандидат биологических наук, доцент
доцент кафедры общенаучных дисциплин
Сугрובה Н.Ю.

1. Аннотация программы

Программа курсов повышения квалификации по теме **«Здоровьесберегающие образовательные технологии»** нацелена на формирование готовности к выполнению трудовых функций в соответствии с проф. стандартом, реализовывать требования ФГОС школы.

Программа курсов предусматривает контроль входной, текущий и итоговый. Общая трудоемкость освоения программы составляет 72 часа. Программой курсов предусмотрены лекции – 18, практические занятия – 18 часов и 36 часов самостоятельной работы слушателя.

Программа разработана с учетом профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. N 544н.

Автор-составитель к.б.н., доцент, Сугрובה Н.Ю.

2. Цель и задачи дисциплины

Цель: формирование готовности к выполнению трудовых функций в соответствии с проф. стандартом, реализовывать требования ФГОС школы.

Задачи:

- Изучение слушателями теоретических основ здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации
- Разработка практических материалов для реализации принципов и методов здоровьесберегающей педагогики в образовательной организации

3. Планируемые результаты обучения по программе

Формирование **трудовых функций** в соответствии с проф. стандартом, реализовывать требования ФГОС школы.

- Общепедагогическая функция. Обучение (А/01.6).
- Развивающая деятельность (А/03.6).
- Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования (В/03.6).

Образовательные результаты:

Знает: цель, задачи современных здоровьесберегающих образовательных технологий; здоровьесберегающие основы организации учебного процесса в школе и внеучебной деятельности; методы сохранения и укрепления профессионального здоровья педагогов.

Умеет организовать учебный процесс согласно гигиенических норм и требований, а так же принципов здоровьесберегающей педагогики.

Выполняет трудовые действия.

владеет формами и методами здоровьесберегающих образовательных технологий, направленных на сохранение и укрепление здоровья школьников и педагогов.

4. Объем, структура (тематический план) и содержание программы

Общая трудоемкость программы составляет 72 ч. Объем программы с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу слушателя с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу слушателя.

Форма обучения: очно-заочная.

Таблица 1.

Объем дисциплины

Вид учебной работы	Всего часов
Аудиторные занятия (всего)	32
В том числе:	
Лекции (Л)	18
Практические занятия (ПЗ)	18
Лабораторные работы (ЛР)	
Самостоятельная работа (всего)	36
Вид аттестации:	тестирование

Таблица 2.

Тематический план по программе

«Здоровьесберегающие образовательные технологии»

(содержание программы, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий)

№ п/п	Наименование разделов и их краткое содержание	Количество часов по видам занятий			
		Всего	Лекции	Практические занятия	СРС
1.	Современная школа и здоровье учащихся. Стратегии и технологии охраны здоровья школьников. Цель и задачи ЗОТ.	22	6	6	10
2.	Здоровьесберегающая организация учебного процесса. Профилактика школьных болезней. Здоровьесберегающее пространство школы.	16	4	4	8
3.	Организация внеучебной деятельности школьников для формирования культуры здоровья. Взаимодействие семьи и школы по вопросам формирования культуры здоровьесбережения.	16	4	4	8
4.	Профессиональное здоровье педагога, методы профилактики профессиональных заболеваний.	14	4	4	6

5. Содержание программы
(аннотированное описание содержания разделов и тем дисциплины)

Таблица 3.

№ п/п	Наименование раздела дисциплины.	Содержание раздела (дидактические единицы)	Текущий контроль
1.	Современная школа и здоровье учащихся. Стратегии и технологии охраны здоровья школьников. Цель и задачи ЗОТ.	Состояние здоровья школьников России. основные подходы к сохранению и укреплению здоровья обучающихся. Принципы здоровьесберегающей педагогики. Здоровьесберегающие образовательные технологии, их классификация, цель, задачи.	Входной контроль: собеседование Текущий контроль: выполнение практических заданий
2.	Здоровьесберегающая организация учебного процесса. Профилактика школьных болезней. Здоровьесберегающее пространство школы.	Требования к современным образовательным технологиям с позиции здоровьесбережения. двигательная активность обучающихся. Предупреждение школьных болезней. Условия формирования здоровьесберегающего пространства школы.	Текущий контроль: выполнение практических заданий
3.	Организация внеучебной деятельности школьников для формирования культуры здоровья. Взаимодействие семьи и школы по вопросам формирования культуры здоровьесбережения.	Формы организации внеучебной деятельности по формированию культуры здоровья: тренинги, ролевые игры, валеологический десант и др. основные формы работы с родителями: лекции, беседы, тематические собрания, конференции, семейные вечера, спортивные праздники и т.п.	Текущий контроль: выполнение практических заданий
	Профессиональное здоровье педагога, методы профилактики профессиональных заболеваний.	Профессионально-личностные деформации учителя, их предупреждение. Методы укрепления профессионального здоровья.	Текущий контроль: выполнение практических заданий

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы
Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения программы

а) основная литература:

1. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для академического бакалавриата / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 282 с. — (Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-07354-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт].
2. Байкова, Л. А. Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи : учебное пособие для вузов / Л. А. Байкова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва :

Издательство Юрайт, 2020. — 216 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10465-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт].

б) дополнительная литература:

1. 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].
2. Петряков, П. А. Проектное обучение основам здорового образа жизни : учебное пособие для среднего профессионального образования / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-03437-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт].

**Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»,
необходимых для освоения дисциплины**

Электронная библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru> (вузом заключен договор)

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU, РИНЦ: <http://elibrary.ru> (вузом заключен договор)

Система Антиплагиат: <http://www.antiplagiat.ru>

7. Методические указания и рекомендации

7.1. Методические указания для слушателей по освоению программы

При разборе теоретического материала слушателю рекомендуется вести конспект. При повторении материала дома нужно ознакомиться с рекомендуемой литературой. Дополнительно можно использовать другие источники информации.

При выполнении практических заданий рекомендуется привлекать содержание своего учебного предмета, опираться на возрастные особенности обучающихся, с которыми слушатель работает.

7.2. Методические указания преподавателям

При изложении лекционного материала необходимо использовать разные точки зрения, проводить анализ и оценку их. Выделять сильные и слабые стороны. По ходу лекции использовать презентации, обобщающие схемы.

Используемые образовательные технологии

Задачи, решаемые в процессе освоения разделов программы «Здоровьесберегающие образовательные технологии», предполагают использование традиционных и современных форм, методов и технологий обучения.

Перечень используемых образовательных технологий (элементов технологий) и видов работы.

1. Традиционные образовательные технологии ориентируются на организацию образовательного процесса, предполагающую прямую трансляцию знаний от преподавателя к слушателю (преимущественно на основе объяснительно-иллюстративных методов обучения). Учебная деятельность слушателя носит в таких условиях, как правило, репродуктивный характер. Используется для проведения: информационной лекции, семинара (этапы: беседа преподавателя и слушатель, обсуждение заранее подготовленных сообщений по каждому вопросу плана занятия с единым для всех перечнем литературы), практического занятия, посвященного освоению конкретных умений и навыков,

проведение фронтального опроса слушателей в начале занятия с целью актуализации знаний и умений и выявления подготовленности слушателей к занятию.

2. Технологии проблемного обучения и её элементы – организация образовательного процесса, которая предполагает постановку проблемных вопросов, создание проблемных ситуаций для стимулирования активной познавательной деятельности слушателей. Использование на занятиях методов проблемного обучения: проблемного изложения, частично-поискового, поискового и исследовательского. Проблемная лекция (изложение материала через постановку проблемных и дискуссионных вопросов, освещение различных научных подходов, авторские комментарии, связанные с различными моделями интерпретации изучаемого материала). Использование на традиционной лекции метода проблемного изложения. Организация дискуссий на семинарских занятиях, направленных на решение поставленных проблем. Использование частично-поискового и поискового методов при организации СРС: подготовка выступлений и пр.

3. Интерактивные технологии и их элементы – организация образовательного процесса на основе активного и нелинейного взаимодействия всех участников, достижение на этой основе лично значимого образовательного результата. Использование для организации обучения информационно-ресурсной среды вуза. Использование дискуссий на семинарских занятиях.

4. Информационно-коммуникационные образовательные технологии – организация образовательного процесса, основанная на применении специализированных программных сред и технических и электронных средств.

5. Личностно-ориентированные технологии обучения, обеспечивающие в ходе учебного процесса учёт различных способностей слушателей, создание необходимых условий для развития их индивидуальных способностей, активности личности в учебном процессе. Личностно-ориентированные технологии обучения реализуются в результате индивидуального общения преподавателя и слушателя при выполнении индивидуальных самостоятельных заданий (СРС, подготовка выступлений, статей и др.), на консультациях.

8. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы слушателя по программе

Таблица 4.

№ п/п	Наименование раздела программы	Вид самостоятельной работы
1.	Современная школа и здоровье учащихся. Стратегии и технологии охраны здоровья школьников. Цель и задачи ЗОТ.	Составление сравнительных характеристик здоровьесберегающих образовательных технологий, заполнение глоссария.
2.	Здоровьесберегающая организация учебного процесса. Профилактика школьных болезней. Здоровьесберегающее пространство школы.	Составление памяток, комплексов физминуток, направленных на профилактику школьных болезней, снятие утомления, повышение работоспособности. Разработка конспектов «Урок здоровья».
3.	Организация внеучебной деятельности школьников для формирования культуры здоровья. Взаимодействие семьи и школы по вопросам формирования культуры здоровьесбережения.	Подготовка реферативных сообщений, разработка дидактического материала для родительского всеобуча.
4.	Профессиональное здоровье педагога, методы профилактики профессиональных заболеваний.	Разработка рекомендаций по сохранению и укреплению профессионального здоровья педагогов.

По окончании изучения программы «Здоровьесберегающие образовательные технологии» каждый слушатель проходит тестирование.

9. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации слушателей по программе

Компетентностно-ориентированные оценочные средства.

Средства оценивания: устный опрос, анкетирование, тестирование.

9.1. Промежуточная аттестация

Тест КПК «Здоровьесберегающие образовательные технологии»

1. Какие факторы влияют на здоровье педагога:

- а) высокие физические нагрузки, вызванные ненормированным рабочим графиком, общественными мероприятиями и работой на несколько ставок.
- б) напряженность глаз при проверке тетрадей, которая является обязательной для каждого учителя.
- в) негативное влияние электромагнитных волн при работе с компьютерами.
- г) высокое содержание микробов и бактерий в помещениях учебных заведений повышают риск развития не только хронических заболеваний, а также вирусных и инфекционных.
- д) все ответы верны

2. Из перечисленных самых распространенных заболеваний педагогов выберите наиболее часто встречающиеся (один вариант ответа):

- а) поражения верхних дыхательных путей
- б) болезни органов кровообращения
- в) проблемы с пищеварением
- г) заболевания ЦНС и органов чувств
- д) болезни инфекционного и паразитарного характера

3. Перечислите профилактические меры, позволяющие избежать профзаболеваний педагогов.....

4. Дайте определение синдрома эмоционального выгорания

5. Перечислите симптомы (не менее 3-х) синдрома эмоционального выгорания

6. Здоровьесберегающие технологии — это:

- а) система мер по охране и укреплению здоровья обучающихся
- б) техника обучения, использующая описание реальных заболеваний для профилактики их у учащихся
- в) методика обучения строению тела и физиологическим потребностям учащихся

7. Какие главные факторы риска влияют на здоровье учащихся?

- а) недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей
- б) некомпетентность педагогов
- в) несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников

8. Какие направления охватывают здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе школы?
- а) организация образовательного процесса на основе санитарных норм и гигиенических требований
 - б) формирование ценности здоровья и ЗОЖ
 - в) двигательная активность (уроки физкультуры, динамические паузы в течение дня, спортивно-массовая работа)
 - г) все варианты верны
9. Какие задачи позволяет решить использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач?
- а) обеспечение психологической разгрузки учащихся
 - б) побуждение к активизации самостоятельной познавательной деятельности
 - в) помощь слабому ученику и уделение внимания сильному
10. Какой первый шаг при введении здоровьесберегающих технологий в школе?
- а) выявить отрицательные воздействия образовательной организации на здоровье обучающихся и осознать необходимость решения данных проблем
 - б) освоить необходимые здоровьесберегающие технологии и обрести компетенции
 - в) использовать полученные знания, умения и навыки на практике, тесно взаимодействуя друг с другом, медицинскими работниками, обучающимися и родителями
11. Согласно системе оценки Л. А. Харисовой и Ф. Ф. Харисова, на каких критериях основана оценка здоровьесберегающей технологии?
- а) актуальность, полезность
 - б) контролируемость, реализуемость
 - в) необходимость, осознание
12. Что относится к критериям здоровьесбережения на уроке?
- а) поза учащегося, чередование позы
 - б) обстановка и гигиенические условия в классе
 - в) наличие мотивации деятельности учащихся на уроке
 - г) все варианты верны
13. К методу пропаганды ЗОЖ относится (укажите два правильных ответа):
- а) наглядный;
 - б) произвольный;
 - в) комбинированный;
 - г) сочетанный;
 - д) словесный
14. Наглядный метод пропаганды ЗОЖ состоит из (укажите два правильных ответа):
- а) движущихся объектов;
 - б) средств массовой информации;
 - в) видеозаписей;
 - г) натуральных объектов;
 - д) изобразительных средств
15. К психологическим показателям индивидуального здоровья относятся:
- а) эмоционально-волевая сфера;

- б) функциональное состояние органов и систем;
- в) мыслительная сфера;
- г) интеллект;
- д) уровень физического развития;
- е) уровень обмена веществ.

16. Перечислите основные формы работы с родителями по здоровьесформированию (назвать не менее 3-х форм)

17. Перечислите основные формы внеучебной деятельности по здоровьесбережению с обучающимися (назвать не менее 3-х форм)

18. Перечислите основные блоки, по которым осуществляется процесс мониторинга здоровья в образовательной организации.....

19. Укажите основную цель проведения мониторинга здоровья

20. Какие показатели деятельности школы свидетельствуют о наличии здоровьесберегающего образовательного пространства (укажите не менее 3-х показателей)

10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Для проведения занятий по программе необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- учебные аудитории для проведения лекционных, практических и лабораторных занятий, оснащенные учебной мебелью, аудиторной доской, мультимедийным оборудованием;
- компьютерный класс, имеющего доступ к сети Интернет;
- основная литература и дополнительная литература.