Министерство образования и науки Российской Федерации
Филиал Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани

Кафедра профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

А. П. ШКЛЯРЕНКО

БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА

Методические материалы
к изучению дисциплины и организации самостоятельной работы
студентов 4-го курса бакалавриата,
обучающихся по направлению
44.03.01 Педагогическое образование
(профиль подготовки – Физическая культура)
очной и заочной форм обучения

Славянск-на-Кубани
Филиал Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани
2018

ББК 74.005.5
Б 633

Рекомендовано к печати кафедрой профессиональной педагогики, психологии и физической культуры филиала Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани Протокол № 5 от 25 мая 2018 г.

Рецензент:
кандидат педагогических наук, доцент
А. В. Полянский

Шкляренко, А. П

Б 633 **Биологические основы оздоровления образовательного пространства**: методические материалы к изучению дисциплины и организации самостоятельной работы студентов 4-го курса бакалавриата, обучающихся по направлению 44.03.01 Педагогическое образование (профиль подготовки – Физическая культуры) очной и заочной форм обучения / А. П. Шкляренко. – Славянск-на-Кубани : Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2018. – 17 с. 1 экз.

Методические материалы составлены в соответствии с ФГОС высшего образования, учебным планом и учебной программой курса, содержат методические рекомендации к организации процессов освоения дисциплины, к изучению теоретической и практической части, самостоятельной работе студентов, а также по подготовке к экзамену.

Издание адресовано студентам 4-го курса бакалавриата, обучающимся по направлению 44.03.01 Педагогическое образование (профиль подготовки – Физическая культура) очной и заочной форм обучения.

Электронная версия издания размещена в электронной информационно-образовательной среде филиала и доступна обучающимся из любой точки доступа к информационно-коммуникационной сети «Интернет».

ББК 74.005.5

© Филиал Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани, 2018

СОДЕРЖАНИЕ

1 Представление дисциплины «Биологические основы оздоровления образовательного пространства» 4
2 Место дисциплины в структуре образовательной программы 4
3 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ 5
4 Структура дисциплины 6
5 Темы и краткое содержание дисциплины «Биологические основы оздоровления образовательного пространства» 7
6 Глоссарий по дисциплине «Биологические основы оздоровления образовательного пространства» 9
7 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины 15

1. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА»

Дисциплина «Биологические основы оздоровления образовательного пространства», изучаемая студентами специальности «Физическая культура», представлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению 44.03.01 Педагогическое образование, Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 04.12.2015 г. № 1426, зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 11.01.2016 г. (регистрационный № 40536).

Целью освоения дисциплины по выбору «Биологические основы оздоровления образовательного пространства» является формирование систематизированных знаний в области здоровья и здорового образа жизни учащихся в образовательном пространстве.

Изучение дисциплины «Биологические основы оздоровления образовательного пространства» направлена на формирование у студентов следующей компетенции:

- способность и готовность к проведению обследований и оценке физического и психического развития, функционального состояния организма (ПК-12).

В соответствие с этим ставятся следующие задачи дисциплины.

1. Дать знания в области здоровья и здорового образа жизни.
2. дать знания о наиболее часто встречающихся факторов рисков для физического развития у представителей различных возрастных групп.
3. Дать знания о наиболее часто встречающихся хронических заболеваниях в различные возрастные периоды;
4. Углубленное изучение методик здоровьесберегающих технологий при нарушениях осанки, плоскостопии и сколиозах, а также методики занятий ФК со специальными медицинскими группами.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина по выбору «Биологические основы оздоровления образовательного пространства» относится к вариативной части основной образовательной программы.

Для освоения дисциплины по выбору «Биологические основы оздоровления образовательного пространства» студенты используют знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения предмета «Биология» на предыдущем уровне образования.

Освоение дисциплины по выбору «Биологические основы оздоровления образовательного пространства» является необходимой

основой для изучения дисциплин вариативной части: «Физиология физического воспитания и спорта», «Лечебная физическая культура и массажа», «Физиология».

Освоение дисциплины по выбору «Биологические основы оздоровления образовательного пространства» является необходимой основой для изучения дисциплин по выбору.

При составлении тестовых заданий нами учитывались требования к уровню освоения содержания курса, изложенные в примерной программе дисциплины «Биологические основы оздоровления образовательного пространства», разработанной в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению 44.03.01 Педагогическое образование.

Исходя из данных требований, в результате изучения дисциплины студенты должны:

Знать:

- методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения;
- особенности методической деятельности при профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата;
- анатомо-физиологические особенности реакций организма детей, подростков и взрослых при занятий спортом.

Уметь:

- формулировать конкретные задачи спортивно медицины в физическом воспитании различных групп населения;
- проводить экспресс-диагностику функционального состояния организма и места локализации патологического очага;
- формулировать показания и противопоказания при назначении лечебной гимнастики при определенной патологии у конкретного человека.

Владеть:

- методами и организацией комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля состояния организма при нагрузках в спорте;
- методами организации научно-исследовательской работы по спортивной медицине.

3. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ТРУДОЁМКОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ВИДАМ РАБОТ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 5 зач.ед. (180 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице *(для студентов ОФО)*.

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр (часы)
			7
Контактная работа, в том числе:			
Аудиторные занятия (всего):		80	80
Занятия лекционного типа		40	40
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		40	40
Лабораторные занятия		-	-
Иная контактная работа:			
Контроль самостоятельной работы (КСР)		6	6
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,3	0,3
Самостоятельная работа, в том числе:			
Курсовая работа		-	-
Проработка учебного (теоретического) материала		20	20
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка к устному опросу, подготовка к семинару)		18	18
Реферат		-	-
Подготовка к текущему контролю		20	20
Контроль:			
Подготовка к экзамену		35,7	35,7
Общая трудоемкость	Всего часов	180	180
	В том числе контактная работа	86,3	86,3
	Зач. ед.	5	5

4. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы дисциплины, изучаемые в 7 семестре *(очная форма)*

№	**Наименование разделов**	**Всего**	**Количество часов**			
			Аудиторная работа			**Внеаудиторная работа**
			ЛК	**ПЗ**	**ЛР**	**СР**
1	2	3	4	5	-	7
1	Понятие «здоровье», его содержание и критерии	16	4	6	-	6
2	Факторы, влияющие на здоровье.	16	4	6	-	6

3	Диагностика состояния здоровья.	16	4	6	-	6
4	Влияние на организм школьника учебных занятий и физической культуры.	18	6	6	-	6
5	Организация двигательной активности.	16	4	6	-	6
6	Психофизическая регуляция организма.	16	4	6	-	6
7	Направленность поведения школьника на обеспечение собственного здоровья, его самооценка.	14	4	4	-	6
8	Ценностные ориентации школьников на здоровый образ жизни, их отражение в жизнедеятельности.	14	6	-	-	8
9	Физическое здоровье и методы его количественной характеристики.	12	4	-	-	8
	Итого по дисциплине:		**40**	**40**	**-**	**58**

Примечание: ЛК – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СР – самостоятельная работа.

5. ТЕМЫ И КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА»

1 Понятие «здоровье», его содержание и критерии.

1. Современные подходы к понятию «здоровье».
2. «Норма» и ее значение в определении здоровья человека.
3. Фундаментальные науки в исследовании проблемы здоровья).

.

2 Факторы, влияющие на здоровье.

1. Организм как биологическая система.
2. Дать общую характеристику факторам окружающей среды и их воздействие на организм человека.

3 Диагностика состояния здоровья.

1. Характеристика понятия здоровья отдельного индивида.
2. Понятие здоровья популяции.
3. Понятие о здоровом образе жизни.
4. Диагностика здоровья.

4 Влияние на организм школьника учебных занятий и физической культуры.

1. Характеристика основных видов адаптации.
2. Объективное определение адаптированности или не адаптированности человека.
3. «Срочная» адаптационная реакция.
4. «Долговременная» адаптационная реакция.

5 Организация двигательной активности.

1. Характеристика гиподинамии и гипокинезии.
2. Двигательная активность и здоровый образ жизни.
3. Нормирование двигательной активности в различные возрастные периоды.

6 Психофизическая регуляция организма.

1. Характеристика аутогенной тренировки.
2. Релаксация и её роль в снятии нервно-психического напряжения.

7 Направленность поведения школьника на обеспечение собственного здоровья, его самооценка.

1. Основные ценностные уровни здоровья и их характеристика.
2. Мотивационные факторы и самооценка своего здоровья школьниками.
3. Влияние социальной среды на отношение к своему здоровью как к непреходящей ценности).

8 Ценностные ориентации школьников на здоровый образ жизни, их отражение в жизнедеятельности.

1. Влияние физической культуры на личностное развитие школьников.
2. Основные факторы, побуждающие школьников поддерживать своё физическое состояние.
3. Основные источники информации о здоровом образе жизни.

9. Физическое здоровье и методы его количественной характеристики.

1. Физическое здоровье и методы его количественной характеристики
2. Исследования биоэлектрических явлений.
3. Методы электрического раздражения органов и тканей.
4. Химические методы исследования в физиологии.

6. ГЛОССАРИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА»

Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ) - 1) системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников;2) качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье учащихся и педагогов; 3) технологическая основа здоровьесберегающей педагогики

Адаптация (физиологическая) – целенаправленная приспособительная реакция организма ребенка к условиям внешней среды, обеспечивающая возможность его жизнедеятельности путем формирования функционального состояния физиологических систем адекватного условиям его обитания и совершенствованию двигательной деятельности, которое обеспечивается изменением структур гомео- статического (т.е. относительно постоянного) регулирования.

Анаболизм – интенсивное окисление субстратов органических веществ (на уровне клетки) с восстановлением не просто ее энергетического ресурса до исходного уровня, а до появления в ней новых, более активных органических веществ, что приводит к значительному выделению дополнительного количества энергии и, соответственно, повышению работоспособности организма ребенка.

Быстрота (скоростные способности) – комплексный показатель психофизического качества организма ребенка, характеризующий его способность по сигналу осуществлять физическую нагрузку (преимущественно циклического характера, например, бег) в режиме субмаксимальной и максимальной зон мощности.

Выносливость – показатель наиболее емкого, энергозатратного базового психофизического качества организма ребенка, характеризующего его способность выполнять физическую нагрузку достаточно длительное время без видимых признаков утомления.

Выносливость {общая) – один из видов (производный показатель) выносливости как базового психофизического качества организма ребенка, характеризующий его способность выполнять мышечную работу (преимущественно циклического характера) продолжительностью до 15-20 минут в режиме слабой и умеренной зон мощности без снижения ее интенсивности и видимых признаков утомления.

Выносливость (силовая) – один из видов (комплексный производный показатель) выносливости как базового психофизического качества организма ребенка, характеризующий его способность противостоять мышечному утомлению, вызываемому относительно продолжительным (до 5-7 мин) выполнением физической нагрузки с проявлением значительной по величине силы в режиме умеренной и большой зон мощности.

Гибкость – показатель морфофункционального свойства организма ребенка, характеризующий степень подвижности звеньев его опорно-двигательного аппарата при выполнении им движений с определенной амплитудой.

Гибкость (пассивная) – один из видов гибкости, характеризующий степень естественной подвижности звеньев опорно-двигательного аппарата организма ребенка при выполнении им движений со свободной амплитудой.

Гибкость (активная) – один из видов гибкости, характеризующий степень подвижности звеньев опорно- двигательного аппарата организма ребенка во время выполнения им движений с заданной амплитудой при внешнем воздействии (например, взрослый, партнер и т.д.).

Гипокинезия – состояние, характеризующееся недостаточным (ограниченным) количеством движений, необходимым для нормальной жизнедеятельности организма ребенка.

Гомеостаз – относительное динамическое постоянство внутренней среды организма ребенка (крови, лимфы, тканевой жидкости) на фоне устойчивости его основных физиологических функций (кровообращения, дыхания, терморегуляции, обмена веществ и энергии и т.д.).

Двигательная активность – естественно-биологическая, социально обусловленная потребность организма ребенка в движении, основанная на нейропсихологических законах кинезофилии, от степени, удовлетворения которой зависит состояние его физического и психического здоровья.

Двигательная деятельность – деятельность, организованная (или нормированная) взрослым со свойственными этой деятельности системаобразующими компонентами (целью, задачами, содержанием и результатом), характерным признаком которой являются движения, способствующие физическому развитию ребенка.

Двигательные способности – совокупность индивидуальных психофизических качеств организма ребенка, соответствующих заданным (средой или возрастными нормами) требованиям к выполнению тех или иных двигательных действий и обеспечивающие успешное их выполнение.

Двигательная (физическая) подготовленность – результат физического развития организма ребенка, обуславливающий степень изменений основных, а также смежных психофизических качеств (скоростных способностей или быстроты, ловкости, гибкости ребенка, его координационных способностей, а также общей и силовой видов выносливости).

Движения (непроизвольные) – движения, неуправляемые сознанием и рассматриваемые как результат деятельности безусловных рефлексов (например, движения века на глазу, глотательный рефлекс при приеме пищи и другие).

Движения (произвольные) – движения, управляемые сознанием или находящиеся под контролем высшей нервной деятельности и центральной нервной системы организма ребенка.

Двигательные умения – степень владения двигательным действием, которая характеризуется невысокой быстротой и качеством выполнения, небольшой прочностью запоминания, а также нестабильностью результатов, и отличается необходимостью подробного контроля со стороны сознания.

Двигательные навыки – совершенная (или абсолютная) форма двигательных умений, выработанная по механизму условных рефлексов (динамический стереотип), результатом которых является качественное выполнение ребенком двигательных действий без контроля со стороны сознания, а сами действия отличаются высокой надежностью.

Диагностика (функциональная) – процесс измерения и оценки индивидуальных жизнеобеспечивающих (сер- дечно-сосудистая, дыхательная, мышечная и другие) показателей физиологических систем организма ребенка.

Динамический стереотип – относительно устойчивая, целостная система условно-рефлекторных связей, выработанная в результате многократного повторения одинаковых по силе, последовательности и продолжительности раздражителей, представляющая собой сформированный в коре больших полушарий головного мозга системный физиологический структурный след, являясь физиологической основой формирования двигательных навыков.

Доминанта (психофизиологическая) – временно господствующая в коре больших полушарий головного мозга рефлекторная система, осуществляющая приспособительную и активно организующую деятельность ребенка, в том числе и мышечную.

Задатки – генетические особенности организма ребенка (строение тела, двигательного аппарата, нервной системы, органов чувств и т.п.), составляющие природную основу развития его способностей. Задатки в зависимости от системы физического воспитания и режима двигательной деятельности могу! преобразоваться или не преобразоваться в двигательные способности.

Задатки (психофизических качеств) – психофизиоло- гиические структуры, возникающие по генетическим законам развития и влияющие на морфофункциональные особенности организма и психическое развитие ребенка.

Задачи (педагогические) – основные направления в достижении поставленной цели, выполняющие функцию тактических действий, отвечающих на вопрос «Как ты собираешься достигать цель?». В теории физического воспитания человека принято выделять три группы задач: оздоровительную образовательную и воспитательную.

Закономерности (педагогические) – объективно существующие, необходимые и периодически повторяющиеся устойчивые связи между явлениями процесса образования, характеризующие его поступательное развитие.

Здоровье (ребенка) – динамическое и вместе с тем устойчивое к патологическим (болезнетворным) и экстремальным воздействиям состояние детского организма, которое достигается благодаря формированию комплекса функциональных систем, обеспечивающих оптимальный приспособительный эффект.

Здоровый образ жизни человека – комплексная система ценностно-ориентированного отношения человека к себе и своему здоровью, позволяющая ему при помощи биологически и социально целесообразных форм и способов жизнедеятельности, а также средств физической культуры, адекватных возможностям организма, осознанно удовлетворять свои двигательные, социальные и биологические потребности для обеспечения активного долголетия.

Инновации (педагогические) – нововведения, обеспечивающие существенное повышение качества образования ребенка при сохранении основных показателей состояния его здоровья.

Кинезофилия – врожденная (основанная на механизме безусловного рефлекса) биологическая потребность организма ребенка в двигательной активности.

Координация движений – комплексный производный показатель ловкости как базового психофизического качества организма ребенка, характеризующий его способность к взаимодействию и согласованности различных мышечных групп, относящихся к разным сегментам тела при выполнении передвижений в пространстве в режиме слабой и умеренной зон мощности.

Ловкость – комплексный показатель психофизического качества организма ребенка, характеризующий его способность быстро, точно и находчиво перестраивать свою двигательную деятельность в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки в режиме умеренной зоны мощности.

Метаболизм – естественный физиологический процесс окислительно-восстановительных реакций субстратов органических веществ непосредственно в самой клетке с выделением необходимого для жизнеобеспечения организма ребенка количества энергии.

Методика – совокупность различных средств, методов, методических приемов, форм организации и контроля, направленных на достижение поставленной цели.

Мониторинг (физического здоровья) – динамическая система контроля, анализа и коррекции состояния организации физического воспитания одного ребенка или группы детей в условиях дошкольного

образовательного учреждения по конкретным показателям, отслеживаемым во времени.

Онтогенез – совокупность последовательных морфологических, физиологических и биохимических преобразований организма в течение всего жизненного цикла от момента оплодотворения яйцеклетки и образования зиготы до смерти.

Принципы (педагогические) – основные исходные положения (правила, требования) к деятельности и поведению ребенка, которые, однако, при определенных форс- мажорных обстоятельствах может временно изменяться.

Проблема – сложная ситуация, на которую у ребенка нет однозначного ответа, и это требует от него значительных умственных, физических, психических и других усилий по поиску путей решения.

Развитие – процесс, характеризующийся качественным переходом одного состояния чего-либо в другое, более или менее совершенное.

Развитие (физическое) – динамика морфофункцио- нального состояния организма ребенка, обуславливающая естественный переход его основных жизнеобеспечивающих показателей с одного качественного уровня на другой, более или менее совершенный.

Резистентность – относительная устойчивость (другими словами, сопротивляемость) организма ребенка к воздействию различных повреждающих факторов внешней среды, реализуемая на основе общебиологического принципа гомеостаза (т.е. наличие относительного постоянства внутренней среды его организма).

Рефлекс – закономерная ответная реакция организма ребенка на действие раздражителя при обязательном участии центральной нервной системы (ЦНС).

Сила – показатель психофизического качества, характеризующего способность организма ребенка преодолевать внешнее сопротивление посредством мышечных напряжений в единицу времени в режиме субмаксимальной и максимальной зон мощности.

Система – интегральное понятие, характеризующее совокупность взаимодействующих между собой элементарных структурных компонентов, объединенных в целое для выполнения общей функции, которую не может осуществить полноценно ни один из отдельно взятых компонентов

Скоростно-силовые качества – комплексный показатель смежного психофизического качества организма ребенка, характеризующего его способность осуществлять физическую нагрузку (преимущественно ациклического и смешанного характера, например, подскоки, прыжки, метания и другие виды движений), преодолевая внешнее сопротивление посредством мышечных напряжений в минимальный для данных условий отрезок времени в режиме большой и субмаксимальной зон мощности.

Спорт – специальная двигательная деятельность, сопряженная с проявлением максимальных физических и волевых усилий, направленная на достижение в каком-либо виде физических упражнений наивысших результатов, выявленных в процессе состязания.

Технология (педагогическая) – организованный, строго регламентированный образовательный процесс выполнения ребенком двигательных действий с четко заданными методами, приемами, средствами, формами контроля и организации, направленный на достижение поставленной цели и, гарантирующий конечный результат.

Упражнения (физические) – движения, двигательные действия, а также сложные виды двигательной деятельности, отобранные педагогом в качестве средств физического воспитания.

Упражнения (общеразвивающие – ОРУ) – физические упражнения, имеющие разностороннюю направленность воздействия на функции организма ребенка.

Физиологическая стоимость физической нагрузки **(или интенсивность)** – реакция сердечно-сосудистой системы организма ребенка на конкретную физическую нагрузку (относительно покоя), характеризующая степень (величину) активизации мощностных возможностей данной системы, обеспечивая, при этом, запуск физиологического механизма активизации других взаимосвязанных с ней функциональных (дыхательной, мышечной и т.д.) систем его организма во время освоения физической нагрузки. Условно, физиологическую стоимость принято выражать в определенных зонах мощности: слабая – от 120 до 130 в минуту; умеренная – от 130 до 140 в минуту; большая – от 140 до 150 в минуту; субмаксимальная – от 150 до 160 в минуту и максимальная – более 160 в минуту.

Физическое воспитание – организованный педагогический процесс воздействия на личность ребенка средствами физической культуры в целях совершенствования форм и функций его организма, сохранения и укрепления здоровья малыша, формирования основ знания, двигательных умений и навыков, а также приобщения ребенка к нравственным общечеловеческим ценностям.

Физическая культура – часть общей культуры, характеризующая достижения общества в области физического, психического и социального здоровья человека.

Физическая нагрузка – степень воздействия физических упражнений на организм ребенка в тех или иных зонах мощности (слабой, умеренной, большой, субмаксимальной и максимальной), вызывающая прибавочную физиологическую активность соответствующих функций и физиологических систем организма (относительно покоя).

Физическая нагрузка (нормированная) – организованная физическая нагрузка, соответствующая заданным субъективным (состояние здоровья

ребенка) или его объективным (возрастным) нормам дозирования по времени, объему и интенсивности, и, находящаяся под контролем взрослого (педагог по физической культуре, воспитатель или родители).

Формирование – целенаправленное (под непосредственным контролем взрослого: педагог по физической культуре, воспитатель или родители) освоение ребенком образовательной деятельности в соответствии с заданной извне конкретной нормой (или ее эталоном) с обязательными критериями оценки качества выполнения этой деятельности (например, формирование того или иного двигательного умения).

Цель (педагогическая) – процесс проектирования конечного результата образовательной деятельности, выполняющего функцию стратегии, отвечающей на вопрос «Зачем ты собираешься это делать?».

Целеполагание (педагогическое) – процесс построения той или иной образовательной деятельности с четко сформулированной целью и конкретно поставленными задачами.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература:

1. Третьякова, Н. В. Основы здоровьесбережения [Электронный ресурс] : практикум / Н. В. Третьякова. - Екатеринбург : Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2011. - 138 с. - URL: http://window.edu.ru/resource/587/75587.

2. Здоровьесбережение в образовательном процессе [Электронный ресурс] // Современные образовательные технологии : учеб. пособие / Л. Л. Рыбцова, М. Н. Дудина, Т. И. Гречухина и др. - Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2014. - 93 с. : ил. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=276535.

Дополнительная литература:

1. Бажук, О. В. Педагогическая профилактика профессионального здоровья студентов на основе ресурсного подхода [Электронный ресурс] : монография / О. В. Бажук. - М. : ФЛИНТА, 2015. - 115 с. : табл., схем. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272510.

2. Казин, Э. М. Теоретические и прикладные аспекты проблемы адаптации человека [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Э. М. Казин. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2010. - 118 с. : ил. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278418.

3. Рафикова, А. Р. Советы специалиста. Здоровье руководителя – формула успеха [Электронный ресурс] / А. Р. Рафикова, И. И. Ганчеренок. -

Минск : Вышэйшая школа, 2013. - 176 с. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=235785.

4. Свиридова, И. А. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] / И. А. Свиридова, Л. С. Хорошилова. - Кемерово : Кемеровский гос. университет, 2011. - 139 с. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232747.

Периодические издания:

1. Наука и жизнь : научно-популярный журнал. – URL: http://www.nkj.ru.

2. Наука и школа. – URL: http://elibrary.ru/issues.asp?id=8903.

3. Гигиена и санитария. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=968676.

Интернет-ресурсы

1. ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» [учебные, научные здания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red.

2. ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы] : сайт. – URL: http://e.lanbook.com.

3. ЭБС «Юрайт» [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB.

4. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [5600 журналов, в открытом доступе – 4800] : сайт. – URL: http://elibrary.ru.

5. Базы данных компании «Ист Вью» [раздел: Периодические издания (на рус. яз.) включает коллекции: Издания по общественным и гуманитарным наукам; Издания по педагогике и образованию; Издания по информационным технологиям; Статистические издания России и стран СНГ] : сайт. – URL: http://dlib.eastview.com.

6. Электронная библиотека «Grebennikon» [раздел: Журналы (на рус. яз.) по экономике и менеджменту] : сайт. – URL: http://grebennikon.ru/journal.php.

7. Экономика // Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования: дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное : сайт. – URL: http://window.edu.ru/catalog/resources?p_rubr=2.2.76.4.

8. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [для общего, среднего профессионального, дополнительного образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: http://fcior.edu.ru.

Федеральная служба государственной статистики : официальный сайт. – URL: http://www.gks.ru/.

9. Экономика и жизнь : портал [объединение интернет-порталов АКДИ и «Экономика и жизнь»] : сайт. – URL: http://www.eg-online.ru/eg/about/.

Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: http://publication.pravo.gov.ru.

10. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: http://enc.biblioclub.ru/.

11. Словарь финансовых и юридических терминов [полнотекстовый ресурс свободного доступа] // КонсультантПлюс : справочно-правовая система : сайт. – URL: http://www.consultant.ru/law/ref/ju_dict.

12. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About.

Учебное издание

Шкляренко Александр Павлович

БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА

Методические материалы
к изучению раздела модуля и организации самостоятельной работы
студентов 4-го курса бакалавриата,
обучающихся по направлению
44.03.01 Педагогическое образование
(профиль подготовки – Физическая культура)
очной и заочной форм обучения

Подписано в печать 09.10.2018.
Формат 60x84/16. Бумага типографская. Гарнитура «Таймс»
Печ. л. 1,12. Уч.-изд. л. 0,79
Тираж 1 экз.
Заказ № 475

Филиал Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани
353560, Краснодарский край, г. Славянск-на-Кубани, ул. Кубанская, 200

Отпечатано в издательском центре
филиала Кубанского государственного университета в г. Славянске-на-Кубани
353560, Краснодарский край, г. Славянск-на-Кубани, ул. Коммунистическая, 2