

ДИСЦИПЛИНА *Биологические основы здоровьесберегающих технологий образовательного пространства.*

Направление: педагогическое образование

Квалификация (степень): бакалавр

Профиль: Биология

Объем трудоёмкости: 4 зачетных единицы (144 часа, из них. 54 часа аудиторной нагрузки, 90 часов самостоятельной работы)

3 курс, 6 семестр.

1. Цель дисциплины: формирование систематизированных знаний в области здоровья и здорового образа жизни учащихся.

Для достижения поставленной цели предусматриваются решение следующих **задач:**

- дать знания в области здоровья и здорового образа жизни, механизме действия здоровьесберегающих технологий, использование средств, форм и методов их применения;
- обучить методам оценки функционального состояния организма школьника, выбора лечебно-оздоровительного комплекса и дозирования физических нагрузок;
- дать знания о наиболее часто встречающихся факторах риска физического развития у школьников (осанка, сколиоз);
- дать знания о наиболее часто встречающихся хронических заболеваниях у школьников;
- 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 ООП:

Дисциплина «**Биологические основы оздоровления образовательного пространства**» относится к вариативной части профессионального цикла (3.2.9).

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих специальных компетенций:

- владеет психолого-педагогическими, медико-биологическими, организационно-управленческими знаниями и навыками для использования здоровьесберегающих технологий обучающимися (СК-1);
- способен использовать ценностный потенциал физической культуры для формирования основ здорового образа жизни, интереса и потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом (СК-2);
- готов к реализации физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач (СК-3);
- способен оценивать физическое и функциональное состояние обучающихся с целью разработки и внедрения индивидуальных программ оздоровления и

развития, обеспечивающих полноценную реализацию их двигательных способностей (СК-4);

- готов исследовать, проектировать, проектировать, организовывать реализацию управленческого процесса в сельской школе (ПК-12).

В результате изучения студент должен

знать:

- основные термины, применяемые в дисциплине «Биологические основы здоровьесберегающих технологий образовательного пространства»;
- основные методы изучения и оценки различных показателей функционального состояния органов и систем с учетом двигательной нагрузки;
- функциональные пробы для всех систем;
- особенности контроля за влиянием двигательной нагрузки на организм в половозрастном аспекте;
- дополнительные средства восстановления;
- влияние физических упражнений на морфо-функциональные особенности органов и систем организма школьников;
- методику исследования и оценки физического развития;

уметь:

- формулировать конкретные задачи в физическом воспитании различных групп населения;
- оказывать первую помощь при травме и внезапном заболевании;
- проводить и оценивать результаты тестов;
- оценивать степень тренированности по данным функциональных проб, дать рекомендации по ее увеличению;
- анализировать все исследования с точки зрения влияния на здоровье школьника;
- требования личной гигиены;
- гигиенические требования к использованию факторов внешней среды;
- основы закаливания;
- основы рационального и лечебного питания.

владеть:

- методикой тестирования функционального состояния различных систем организма;
- методикой исследования и оценки общей и специальной физической работоспособности;
- методами гигиенического нормирования физических нагрузок при занятиях физической культурой и спортом.

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единиц, 144 часов.

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебной нагрузки и их
-------	----------------------	----------------------------

		трудоемкость, часы					
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	КСР	СПС	Всего часов
1 модуль	Здоровье и образ жизни учащихся (Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Факторы, влияющие на здоровье. Влияние на организм школьника учебных занятий и физической культуры. Психофизическая регуляция организма. Ценностные ориентации школьников на здоровый образ жизни, их отражение в жизнедеятельности).	10	16	-	2	44	72
2 модуль	Здоровьесберегающая организация и валеологический анализ образовательного процесса, концепция модернизации образования. Система работы школы в сфере охраны здоровья учащихся, мониторинг взаимосвязи уровня здоровья и двигательной активности. Здоровье учителя и его обеспечение.	10	14	-	2	46	72
ИТОГО		20	30	-	4	90	144

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО с учетом рекомендаций и ПрОО ВПО по направлению «Педагогическое образование», профилю подготовки «Биология».

Автор - Пашкова Л. М., к.м.н., доцент кафедры физической культуры и естественно биологических дисциплин ГОУ ВПО СГПИ.

Программа утверждена на заседании учебно-методического совета СГПИ 20.01.2011., протокол №4.