

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**Методические указания
по выполнению практических работ
по дисциплине**

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ**

для студентов направления подготовки
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Профиль: Психолого-педагогическое сопровождение инклюзивного образования
Квалификация выпускника бакалавр

Ставрополь, 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение

Практическое занятие №1-3. Введение в дисциплину. Методология. Системные принципы функционирования организма и сохранения его здоровья.

Практическое занятие № 4-7. Валеология трудовой (педагогической) деятельности.

Практическое занятие № 8-9. Принцип нормирования с позиции современной научной картины мира.

Практическое занятие № 10-11. Метаболическое действие алкоголя. Профилактика зависимостей от ПАВ у обучающихся.

Практическое занятие № 12-13. Механизм формирования зависимости от ПАВ. Профилактика зависимостей в образовательном процессе.

Практическое занятие № 14-15. Создание здоровьесберегающих условий организации образовательного процесса.

Практическое занятие № 16. Итоги изучения дисциплины.

ВВЕДЕНИЕ

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Цель - формирование у студентов компетенций по направлению 44.04.03. - Специальное (дефектологическое) образование, программа магистратуры «Комплексная реабилитация и абилитация лиц с ограниченными возможностями здоровья» - ПК-2.

Задачи дисциплины:

- формирование целостного фундаментального представления о здоровьесберегающих технологиях как комплексе методов, приемов и условий, максимально способствующих сохранению и укреплению физического, духовно-нравственного и психического здоровья субъектов образовательного процесса;
- овладение технологиями, направленными на повышение качества жизни лиц с ограниченными возможностями здоровья и их семей.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы - дисциплина

«Здоровьесберегающие технологии в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья (СКФУ)» относится к дисциплинам вариативной части, формируемой участниками образовательных отношений; изучается на 2 курсе.

3. Связь с предшествующими дисциплинами – Нейродефектология, Нормирование и нормотипичность в дефектологии.

4. Связь с последующими дисциплинами – Психологическое и нейродефектологическое сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья; преддипломная практика, работа над ВКР.

5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

5.1. Наименование компетенций

Код	Формулировка:
ОПК-6	Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.

Планы практических занятий

Практическое занятие 1-3.

Тема: Введение в дисциплину. Методология. Системные принципы функционирования организма и сохранения его здоровья.

Цель: проанализировать понятие «Здоровье» и обосновать иерархию компонентов здоровья.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы в рамках формируемых компетенций: в результате освоения темы студент овладевает знанием о подходах к определению понятия «Здоровье», его компонентах и принципах здоровьесберегающей деятельности, способностью определять и реализовывать приоритеты, соответствующие фундаментальным законам мироздания, и способы их совершенствования на основе самооценки.

Формируемые компетенции или их части: ОПК-6.

Актуальность темы: обусловлена необходимостью овладения знанием о компонентах успешной нейрореабилитационной деятельности.

Теоретическая часть: Цель и задачи дисциплины. Отличие методологии от методики. Современное определение понятия «Здоровье». Иерархия компонентов здоровья, научное обоснование иерархии. Здоровое мировоззрение. Основы саногенеза и нозологии. Стадии и периоды болезни. Симптомы и синдромы. Порочные круги патогенеза. Системность здоровьесбережения. Современной наукой предлагается множество формулировок, определяющих нейрореабилитацию, что, несомненно, характеризует его как комплексное, разноуровневое и многоаспектное понятие, являющееся одновременно категорией нескольких нейронаук. Нейрореабилитация основана на нейропластичности.

Вопросы и задания:

1. Используя современную психолого-педагогическую и медицинскую литературу дать различные определения понятию «здоровье».
2. Обосновать иерархию компонентов здоровья с современных научных позиций.
3. Сформулировать принципы осуществления здоровьесберегающей деятельности.
4. Используя современную психолого-педагогическую литературу дать различные определения понятию «Здоровьесберегающих технологии» в образовании.
5. Изобразить иерархически разветвленное «дерево здоровья».

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Цибульникова, В.Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В.Е. Цибульникова, Е.А. Леванова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Факультет педагогики и психологии ; учредитель Московский педагогический государственный университет ; под общ.ред. Е.А. Левановой. - Москва: МПГУ, 2017. - 148 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4263-0490-1; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471794>.

Дополнительная литература:

1. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ;

Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань: Познание, 2014. - 100 с. : ил., табл. - (Педагогика, психология и технологии инклюзивного образования). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8399-0488-0;

2 Ланда, Б.Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология: учебное пособие / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань: Познание, 2014. - 66 с.: табл., схем. - (Готов к труду и обороне). - Библиогр. в кн.; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364174>.

3 Патент на изобретение №2339045 СПОСОБ ПРОГНОЗИРОВАНИЯ И ОЦЕНКИ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА. Авторы: Рослый И.М., **Водолажская М.Г.** Патентообладатель: Государственное общеобразовательное учреждение высшего профессионального образования Ставропольский государственный университет. Заявка № 2006145210. Зарегистрировано в Государственном реестре изобретений РФ 20 ноября 2008 г. Действует до 2026 г.

4 Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – М.: Медицина, 2003. – 656 с. Гриф УМО РФ

5 Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2007. – 656 с. Гриф УМО РФ

6 Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2011. – 658 с. Учебник удостоен Премии правительства РФ как лучший учебник для студентов вузов

7 Стресс и его преодоление средствами физической культуры. Инновационный подход: учебно-методическое пособие / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2008. – Вып.6. - 56 с.

8 Технология профилактики злоупотребления психоактивными веществами на примере алкоголизма / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Рослый И.М., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2009. – Вып.7. - 100 с.

9 Биохимия для врача: Курс лекций / Рослый И.М., Водолажская М.Г. - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2007. – 66 с.

10 Водолажская М.Г., Водолажский, Магомедов Р.Р. и др. Антропология стресса: учебное пособие / Министерство науки и высшего образования РФ, Министерство образования Ставропольского края, ГБОУ ВО Ставропольский гос. пед. ин-т. – Ставрополь: «АРГУС» Ставропольского государственного аграрного университета, 2018. – 177 с.

11 Лаврентюк Г.П. Зависимость нашего здоровья от нравственности или как быть здоровым душой и телом: уч.- мет. пос.–СПб.:ООО «Береста», 2013.– 248 с.

12 Кат Т.М., Даутов Ю.Ю. Вселенная. Человек. Любовь. Династия врачей, творящих добро . – М Изд: Качество, 2020. – 532 с.

Методическая литература:

1. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе»/ Сев.-Кав. федер. ун-т. - Ставрополь: СКФУ, 2026. - 49 с.

Интернет-ресурсы:

1. Полнотекстовая БД диссертаций РГБ
2. Научная электронная библиотека РФФИ (Elibrary)
3. Электронные базы данных по физиологии PubMed и Medline

4. БД издательства ELSEVIER
5. Oxford University Press
6. Журналы NATURE PG
7. Реферативный журнал ВИНТИ «Биология»
8. Университетская библиотека ONLINE
9. Университетская информационная система Россия

Специальное программное обеспечение - не требуется.

Материально-техническое обеспечение дисциплины – столы, стулья, ноутбук, проектор.

Практическое занятие 4-7

Тема: Валеология трудовой (педагогической) деятельности.

Цель: сформировать представление о процессе сопровождения образовательного процесса.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы в рамках формируемых компетенций: в результате освоения темы студент овладевает умением анализировать условия здоровьесбережения обучающихся; развивает знание о подходах к определению понятия «здоровье», его

компонентах и принципах здоровьесберегающей деятельности, оттачивает способность определять и реализовывать приоритеты, соответствующие фундаментальным законам мироздания, и способы их совершенствования на основе самооценки.

Формируемые компетенции или их части: ОПК-6.

Актуальность темы: обусловлена необходимостью осуществлять процесс по предупреждению «рисков» для здоровья обучающихся.

Теоретическая часть: Общее сопровождение включает внедрение валеологических рекомендаций в учебный процесс, разработку новых рекомендаций, разнообразные исследования и анализ полученных данных, практическое использование результатов исследования для оптимизации образовательного процесса, участие валеологической службы в работе по основным направлениям функционирования школы. Сопровождение отдельных направлений работы - это организация валеологической службы образовательного учреждения, прослеживание общих закономерностей течения образовательного процесса. В формировании системы валеологического сопровождения образовательного процесса можно условно выделить три группы принципов: методические и дидактические принципы: системность, интеграция, систематичность, вариативность. Они определяют само содержание системы валеологического сопровождения. Организационные и педагогические принципы: технологичность, мотивация, индивидуализация, дифференциация. Они определяют организацию деятельности учителя и учащихся как субъектов познавательной деятельности. Методологические и философские принципы: демократичность, прогностичность, гуманизм, нравственность, экологический принцип. Они определяют основу и стратегию в построении системы валеологического образования.

Вопросы и задания:

1. Раскройте сущность понятия «Валеологическое сопровождение»
2. Опишите принципы, в соответствии с которыми осуществляется валеологическое сопровождение образовательного процесса.
3. Раскройте содержание валеологического сопровождения образовательного процесса

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме: Основная литература:

1. Цибульников, В.Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В.Е. Цибульников, Е.А. Леванова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Факультет педагогики и психологии ; учредитель Московский педагогический государственный университет ; под общ.ред. Е.А. Левановой. - Москва: МПГУ, 2017. - 148 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4263-0490-1; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471794>

Дополнительная литература:

1. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань: Познание, 2014. - 100 с. : ил., табл. - (Педагогика, психология и технологии инклюзивного образования). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8399-0488-0; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257981>

2. Ланда, Б.Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология: учебное пособие / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань: Познание, 2014. - 66 с.: табл., схем. - (Готов к труду и обороне). - Библиогр. в кн.; То же [Электронный ресурс]. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364174>.

3. Патент на изобретение №2339045 Способ прогнозирования и оценки состояния здоровья организма человека. Авторы: Рослый И.М., **Водолажская М.Г.** Патентообладатель: Государственное общеобразовательное учреждение высшего профессионального образования Ставропольский государственный университет. Заявка № 2006145210. Зарегистрировано в Государственном реестре изобретений РФ 20 ноября 2008 г. Действует до 2026 г.

4. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – М.: Медицина, 2003. – 656 с. Гриф УМО РФ

5. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2007. – 656 с. Гриф УМО РФ

6. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2011. – 658 с. Учебник удостоен Премии правительства РФ как лучший учебник для студентов вузов

7. Стресс и его преодоление средствами физической культуры. Инновационный подход: учебно-методическое пособие / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2008. – Вып.6. - 56 с.

8. Технология профилактики злоупотребления психоактивными веществами на примере алкоголизма / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Рослый И.М., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2009. – Вып.7. - 100 с.

9. Биохимия для врача: Курс лекций / Рослый И.М., Водолажская М.Г. - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2007. – 66 с.

10. Водолажская М.Г., Водолажский, Магомедов Р.Р. и др. Антропология стресса: учебное пособие / Министерство науки и высшего образования РФ, Министерство образования Ставропольского края, ГБОУ ВО Ставропольский гос. пед. ин-т. – Ставрополь: «АРГУС» Ставропольского государственного аграрного университета, 2018. – 177 с.

11. Лаврентюк Г.П. Зависимость нашего здоровья от нравственности или как быть здоровым душой и телом: уч.- мет. пос. – СПб. ОО «Береста», 2013.– 248 с.
12. Кат Т.М., Даутов Ю.Ю. Вселенная. Человек. Любовь. Династия врачей, творящих добро . – М Изд: Качество, 2020. – 532 с.

Методическая литература:

1. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе / Сев.-Кав. федер. ун-т. - Ставрополь: СКФУ, 2026. - 49 с.

Интернет-ресурсы:

1. Полнотекстовая БД диссертаций РГБ
2. Научная электронная библиотека РФФИ (Elibrary)
3. Электронные базы данных по физиологии PubMed и Medline
4. БД издательства ELSEVIER
5. Oxford University Press
6. Журналы NATURE PG
7. Реферативный журнал ВИНТИ «Биология»
8. Университетская библиотека ONLINE
9. Университетская информационная система Россия

Специальное программное обеспечение - не требуется.

Материально-техническое обеспечение дисциплины – столы, стулья, ноутбук, проектор.

Практическое занятие 8-9

Тема: Принцип нормирования с позиции современной научной картины мира.

Цель: сформировать представление о механизмах, разновидностях и индивидуальных особенностях нормирования и адаптации.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы в рамках формируемых компетенций: в результате освоения темы студент знает о специфике процесса адаптации, в том числе для формирования знаний о подходах к определению понятия «здоровье», его компонентах и принципах здоровьесберегающей деятельности, способностью определять и реализовывать приоритеты, соответствующие фундаментальным законам мироздания, и способы их совершенствования на основе самооценки.

Формируемые компетенции или их части: ОПК-6.

Актуальность темы: обусловлена необходимостью осуществлять процесс по предупреждению «рисков» для здоровья обучающихся с учетом адаптационных механизмов используя методы и принципы нормирования.

Теоретическая часть: адаптация в широком смысле слова рассматривается как свойство организма приспосабливаться к действию факторов окружающей среды. Понятие *физиологической адаптации* было впервые сформулировано известным американским физиологом У. Кенноном (1871–1945) как совокупность функциональных реакций организма на неблагоприятные воздействия внешней среды, направленных на сохранение свойственного организму уровня гомеостаза. В настоящее время под адаптацией понимают формирование приспособительных реакций организма не только при действии неблагоприятных или экстремальных (стрессорных) факторов среды, но и при действии обычных (неэкстремальных) факторов. В этой связи особое значение в последние годы приобрела проблема адаптации детей и подростков к учебному и воспитательному процессам в дошкольных и школьных учреждениях. *Биологические механизмы адаптации* изучены пока недостаточно. Показано, что любые приспособительные реакции в организме осуществляются под контролем центральной

нервной системы благодаря формированию специальных функциональных систем адаптации, включающих корковые и подкорковые отделы головного мозга и эндокринные железы. Особое значение в формировании защитных реакций организма в условиях экстремальных воздействий (стресса) отводится гипофизу и надпочечникам.

Деятельность эндокринных желез осуществляется под контролем подкоркового отдела головного мозга – гипоталамуса и гипофиза, образующих единую функциональную систему. Адаптация человека к условиям среды, являясь общебиологическим свойством всего живого, вместе с тем характеризуется качественной особенностью – она носит ярко выраженный социальный характер. Ребенок как существо социальное прежде всего должен приспосабливаться к действию факторов социальной среды и вырабатывать целесообразные поведенческие реакции для данной социальной микрогруппы: семья, ясли, детский сад, школа и т. п. При этом адаптация детей и подростков не является пассивной приспособительной реакцией организма, она представляет собой активный процесс приспособления их высшей нервной и психической деятельности к соответствующим условиям коллектива.

Вопросы и задания:

1. Определение нормирования.
2. Основные принципы нормирования.
3. Дать определение понятию «адаптация» с позиций разных наук.
4. Описать разновидности адаптации и уровни адаптации.
5. Описать факторы и условия успешной адаптации.
6. Описать особенности адаптации детей к процессу обучения в образовательной организации

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Цибульникова, В.Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В.Е. Цибульникова, Е.А. Леванова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Факультет педагогики и психологии ; учредитель Московский педагогический государственный университет ; под общ.ред. Е.А. Левановой. - Москва: МПГУ, 2017. - 148 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4263-0490-1; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471794>

Дополнительная литература:

1. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань: Познание, 2014. - 100 с.
2. Ланда, Б.Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология: учебное пособие / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань: Познание, 2014. - 66 с.: табл., схем. - (Готов к труду и обороне). - Библиогр. в кн.; То же [Электронный ресурс]. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364174>.
3. Патент на изобретение №2339045 СПОСОБ ПРОГНОЗИРОВАНИЯ И ОЦЕНКИ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА. Авторы: Рослый И.М., Водолажская М.Г. Патентообладатель: Государственное общеобразовательное учреждение высшего профессионального образования Ставропольский государственный университет. Заявка № 2006145210. Зарегистрировано в Государственном реестре изобретений РФ 20 ноября 2008 г. Действует до 2026 г.
4. Покровский В.М., Коротко Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротко. – М.: Медицина, 2003. – 656 с. Гриф УМО РФ

5. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2007. – 656 с. Гриф УМО РФ
6. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2011. – 658 с. Учебник удостоен Премии правительства РФ как лучший учебник для студентов вузов
7. Стресс и его преодоление средствами физической культуры. Инновационный подход: учебно-методическое пособие / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2008. – Вып.6. - 56 с.
8. Технология профилактики злоупотребления психоактивными веществами на примере алкоголизма / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Рослый И.М., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2009. – Вып.7. - 100 с.
9. Биохимия для врача: Курс лекций / Рослый И.М., Водолажская М.Г. - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2007. – 66 с.
10. Водолажская М.Г., Водолажский, Магомедов Р.Р. и др. Антропология стресса: учебное пособие / Министерство науки и высшего образования РФ, Министерство образования Ставропольского края, ГБОУ ВО Ставропольский гос. пед. ин-т. – Ставрополь: «АРГУС» Ставропольского государственного аграрного университета, 2018. – 177 с.
11. Лаврентюк Г.П. Зависимость нашего здоровья от нравственности или как быть здоровым душой и телом: уч.- мет. пос. – СПб. : ООО «Береста», 2013. – 248 с.
12. Кат Т.М., Даутов Ю.Ю. Вселенная. Человек. Любовь. Династия врачей, творящих добро. – М Изд: Качество, 2020. – 532 с.

Методическая литература:

1. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе / Сев.-Кав. федер. ун-т. - Ставрополь: СКФУ, 2026. - 49 с.

Интернет-ресурсы:

1. Полнотекстовая БД диссертаций РГБ
2. Научная электронная библиотека РФФИ (Elibrary)
3. Электронные базы данных по физиологии PubMed и Medline
4. БД издательства ELSEVIER
5. Oxford University Press
6. Журналы NATURE PG
7. Реферативный журнал ВИНТИ «Биология»
8. Университетская библиотека ONLINE
9. Университетская информационная система Россия

Специальное программное обеспечение - не требуется.

Материально-техническое обеспечение дисциплины – столы, стулья, ноутбук, проектор.

Практическое занятие 10-11

Тема: Метаболическое действие алкоголя. Профилактика зависимостей от ПАВ у обучающихся.

Цель: сформировать представление о факторах, оказывающих неблагоприятное воздействие на здоровье обучающегося на примере алкоголя.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы в рамках формируемых компетенций: в результате освоения темы студент овладевает умением расставлять приоритеты, анализировать совокупность факторов образовательной и социальной среды, оказывающих неблагоприятное воздействие на здоровье

обучающегося; учится проведению информационно-профилактической деятельности среди населения, направленной на предупреждение нарушений здоровья и их негативных последствий.

Формируемые компетенции или их части: ОПК-6.

Актуальность темы: обусловлена необходимостью осуществлять процесс по предупреждению «рисков» для здоровья обучающихся.

Теоретическая часть: Факторы риска заболеваемости, инвалидности, дезадаптации и смертности изучаются не одно десятилетие, поскольку диапазон их влияния на ребенка весьма широк. Не являясь непосредственной причиной заболевания, они обуславливают функциональные отклонения роста и развития, возникновение болезней и их летальные исходы. Выделяют две основные группы факторов, влияющих на здоровье человека: 1) факторы здоровья, укрепляющие здоровье; 2) факторы риска, ухудшающие здоровье. *Факторы риска* определяются как сочетание условий, агентов, как определенное физиологическое состояние, образ жизни, значительно увеличивающий подверженность той или иной болезни, повышающий вероятность утраты здоровья, возникновения и рецидива болезней. В целом механизм их влияния на организм заключается в снижении резистентности, нарушении развития, облегчении возникновения болезней под воздействием причинных агентов. Факторы риска принято делить на биологические и социальные. К числу социальных факторов медицина относит жилищные условия, уровень материального обеспечения, образования, состав семьи и т. д. Как биологические факторы выделяют возраст родителей, особенности протекания беременности и родов, физические характеристики ребенка при рождении и др. Кроме того, рассматривают психологические факторы как результат действия биологических и социальных –

«психологические загрязнения» (эмоциональные переживания). Метаболическое действие алкоголя заключается в злокачественной катаболизации белка при злоупотреблении.

Вопросы и задания:

1. Опишите факторы риска дезадаптации обучающихся.
2. Алкоголизация населения. Причины, факторы риска.
3. Составьте перечень факторов, возникающих в повседневной жизнедеятельности обучающегося и в образовательной среде организации, оказывающих влияние на состояние различных компонентов здоровья.
4. Изобразить лестницу алкогольного танатогенеза. Дать пояснения.
5. Дистрофия белка, диагностическая и профилактическая значимость её выявления.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Цибульникова, В.Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В.Е. Цибульникова, Е.А. Леванова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Факультет педагогики и психологии ; учредитель Московский педагогический государственный университет ; под общ.ред. Е.А. Левановой. - Москва: МПГУ, 2017. - 148 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4263-0490-1; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471794>

Дополнительная литература:

1. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань: Познание, 2014. - 100 с.
2. Ланда, Б.Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология: учебное пособие / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань: Познание,

2014. - 66 с.: табл., схем. - (Готов к труду и обороне). - Библиогр. в кн.; То же [Электронный ресурс]. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364174>.

3. Патент на изобретение №2339045 СПОСОБ ПРОГНОЗИРОВАНИЯ И ОЦЕНКИ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА. Авторы: Рослый И.М., Водолажская М.Г. Патентообладатель: Государственное общеобразовательное учреждение высшего профессионального образования Ставропольский государственный университет. Заявка № 2006145210. Зарегистрировано в Государственном реестре изобретений РФ 20 ноября 2008 г. Действует до 2026 г.

4. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – М.: Медицина, 2003. – 656 с. Гриф УМО РФ

5. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2007. – 656 с. Гриф УМО РФ

6. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2011. – 658 с. Учебник удостоен Премии правительства РФ как лучший учебник для студентов вузов

7. Стресс и его преодоление средствами физической культуры. Инновационный подход: учебно-методическое пособие / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2008. – Вып.6. - 56 с.

8. Технология профилактики злоупотребления психоактивными веществами на примере алкоголизма / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Рослый И.М., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2009. – Вып.7. - 100 с.

9. Биохимия для врача: Курс лекций / Рослый И.М., Водолажская М.Г. - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2007. – 66 с.

10. Водолажская М.Г., Водолажский, Магомедов Р.Р. и др. Антропология стресса: учебное пособие / Министерство науки и высшего образования РФ, Министерство образования Ставропольского края, ГБОУ ВО Ставропольский гос. пед. ин-т. – Ставрополь: «АРГУС» Ставропольского государственного аграрного университета, 2018. – 177 с.

11. Лаврентюк Г.П. Зависимость нашего здоровья от нравственности или как быть здоровым душой и телом: уч.- мет. пос. – СПб. : ООО «Береста», 2013. – 248 с.

12. Кат Т.М., Даутов Ю.Ю. Вселенная. Человек. Любовь. Династия врачей, творящих добро. – М Изд: Качество, 2020. – 532 с.

Методическая литература:

1. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» / Сев.-Кав. федер. ун-т. - Ставрополь: СКФУ, 2026. - 49 с.

Интернет-ресурсы:

1. Полнотекстовая БД диссертаций РГБ
2. Научная электронная библиотека РФФИ (Elibrary)
3. Электронные базы данных по физиологии PubMed и Medline
4. БД издательства ELSEVIER
5. Oxford University Press
6. Журналы NATURE PG
7. Реферативный журнал ВИНТИ «Биология»
8. Университетская библиотека ONLINE
9. Университетская информационная система Россия

Специальное программное обеспечение - не требуется.

Материально-техническое обеспечение дисциплины – столы, стулья, ноутбук, проектор.

Практическое занятие 12-13

Тема: Механизм формирования зависимости от ПАВ. Профилактика зависимостей в образовательном процессе.

Цель: сформировать представление о направлениях деятельности педагогического состава образовательной организации по профилактике реализации аддиктивных склонностей обучающихся.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы в рамках формируемых компетенций: в результате освоения темы студент овладевает знаниями о механизмах формирования зависимости от психоактивных веществ; о педагогических приёмах, направленных на здоровьесбережение обучающихся; обретает умение расставлять приоритеты и формирует навыки информационно-профилактической деятельности среди населения, направленной на предупреждение нарушений здоровья и их негативных последствий.

Формируемые компетенции или их части: ОПК-6.

Актуальность темы: обусловлена необходимостью осуществлять процесс по предупреждению «рисков» для здоровья обучающихся.

Теоретическая часть: Целью здоровьесберегающей деятельности педагога является создание здоровьесберегающего пространства образовательного учреждения. Профилактика аддиктивного поведения школьников должна строиться на фундаментальных знаниях педагога об основных механизмах формирования зависимости от психоактивных веществ. Для достижения этой цели педагогом должны быть решены следующие задачи:

1. Построение образовательного процесса в соответствии с целями гуманистического образования.
2. Создание у учащихся устойчивой мотивации на здоровье и обучение их здоровой жизнедеятельности без зависимостей.
3. Создание здоровьесберегающей образовательной среды.
4. Формирование у учащихся общей культуры и как ее неотъемлемой части – культуры здоровья.
5. Формирование и обеспечение здоровья учащихся и педагогов.
6. Квалифицированное осуществление антиалкогольной и антинаркотической пропаганды с учащимися и их родителями.

Вопросы и задания:

1. Охарактеризовать цель и задачи работы педагога по формированию и обеспечению здоровья учащихся.
2. Раскрыть особенности построения образовательного процесса в соответствии с целями гуманистического образования.
3. Описать этапы формирования зависимости от психоактивных веществ.
4. Охарактеризовать роль магистрального синтеза нейромедиаторов на примере катехоламинов в формировании патологического пристрастия.
5. Раскрыть значение гено- и фенотипической диагностики учащихся в здравоохранении.
6. Представить механизм формирования у учащихся устойчивой мотивации на здоровье.
7. Раскрыть содержание работы педагога по обучению учащихся основам здорового образа жизни.
8. Дать понятие «здоровьесберегающей образовательной среды».

9. Раскрыть содержание работы педагога по созданию здоровьесберегающей образовательной среды.
10. Дать характеристику общей культуры как базиса формирования мотивации к здоровью.
11. Раскрыть понятие «культуры здоровья» и содержание работы педагога по ее формированию.
12. Раскрыть содержание работы педагога по обеспечению здоровья учащихся.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:
Основная литература:

1. Цибульникова, В.Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В.Е. Цибульникова, Е.А. Леванова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Факультет педагогики и психологии ; учредитель Московский педагогический государственный университет ; под общ.ред. Е.А. Левановой. - Москва: МПГУ, 2017. - 148 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4263-0490-1; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471794>

Дополнительная литература:

1. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань: Познание, 2014. - 100 с. : ил., табл. - (Педагогика, психология и технологии инклюзивного образования). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8399-0488-0; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257981>.

2. Ланда, Б.Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология: учебное пособие / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань: Познание, 2014. - 66 с.: табл., схем. - (Готов к труду и обороне). - Библиогр. в кн.; То же [Электронный ресурс]. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364174>.

3. Патент на изобретение №2339045 СПОСОБ ПРОГНОЗИРОВАНИЯ И ОЦЕНКИ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА. Авторы: Рослый И.М., **Водолажская М.Г.** Патентообладатель: Государственное общеобразовательное учреждение высшего профессионального образования Ставропольский государственный университет. Заявка № 2006145210. Зарегистрировано в Государственном реестре изобретений РФ 20 ноября 2008 г. Действует до 2026 г.

4. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., **Водолажская М.Г.** и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – М.: Медицина, 2003. – 656 с. Гриф УМО РФ.

5. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., **Водолажская М.Г.** и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2007. – 656 с. Гриф УМО РФ

6. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., **Водолажская М.Г.** и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2011. – 658 с. Учебник удостоен Премии правительства РФ как лучший учебник для студентов вузов

7. Стресс и его преодоление средствами физической культуры. Инновационный подход: учебно-методическое пособие / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2008. – Вып.6. - 56 с.

8. Технология профилактики злоупотребления психоактивными

веществами на примере алкоголизма / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Рослый И.М., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2009. – Вып.7. - 100 с.

9. Биохимия для врача: Курс лекций / Рослый И.М., Водолажская М.Г. - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2007. – 66 с.

10. Водолажская М.Г., Водолажский, Магомедов Р.Р. и др. Антропология стресса: учебное пособие / Министерство науки и высшего образования РФ, Министерство образования Ставропольского края, ГБОУ ВО Ставропольский гос. пед. ин-т. – Ставрополь: «АРГУС» Ставропольского государственного аграрного университета, 2018. – 177 с.

11. Лаврентюк Г.П. Зависимость нашего здоровья от нравственности или как быть здоровым душой и телом: уч.- мет. пос. – СПб. : ООО «Береста», 2013. – 248 с.

12. Кат Т.М., Даутов Ю.Ю. Вселенная. Человек. Любовь. Династия врачей, творящих добро. – М Изд: Качество, 2020. – 532 с.

Методическая литература:

1. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине

«Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» / Сев.-Кав. федер. ун-т. - Ставрополь: СКФУ, 2026. - 49 с.

Интернет-ресурсы:

1. Полнотекстовая БД диссертаций РГБ
2. Научная электронная библиотека РФФИ (Elibrary)
3. Электронные базы данных по физиологии PubMed и Medline
4. БД издательства ELSEVIER
5. Oxford University Press
6. Журналы NATURE PG
7. Реферативный журнал ВИНТИ «Биология»
8. Университетская библиотека ONLINE
9. Университетская информационная система Россия

Специальное программное обеспечение - не требуется.

Материально-техническое обеспечение дисциплины – столы, стулья, ноутбук, проектор.

Практическое занятие 14-15

Тема: Создание здоровьесберегающих условий организации образовательного процесса.

Цель: сформировать представление о совокупности здоровьесберегающих условий в образовательной организации.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы в рамках формируемых компетенций: в результате освоения темы студент овладевает умением расставлять приоритеты, анализировать условия здоровьесбережения обучающихся.

Формируемые компетенции или их части: ОПК-6.

Актуальность темы: обусловлена необходимостью осуществлять процесс по предупреждению «рисков» для здоровья обучающихся.

Теоретическая часть: по мнению ученых, удельный вес влияния отрицательных факторов окружающей среды в школе на здоровье учащихся составляет в начальных классах около 12%, а к окончанию школы происходит накопление этого воздействия до 20% и более. Гигиенические требования к детским учреждениям основываются на данных о физиологических изменениях в организме детей в результате взаимодействия со средой с учетом возраста ребенка и особенностей организации учебно-воспитательного режима в школе и зафиксированы в санитарно-эпидемиологических правилах. Основное внимание

администрации школ и педагогам необходимо обращать на следующие факторы: действие звуковых раздражителей; воздушно-тепловой режим; естественное и искусственное освещение; видеоэкология; использование учащимися персональных компьютеров; питание учащихся в школе; качество используемой питьевой воды.

Вопросы и задания:

1. Раскрыть значение обеспечения гигиенических условий образовательного процесса.
2. Дать характеристику гигиенических требований к действию звуковых раздражителей.
3. Дать характеристику гигиенических требований к воздушно-тепловому режиму в школах.
4. Дать характеристику гигиенических требований к естественному и искусственному освещению в школах.
5. Раскрыть гигиенические рекомендации по видеоэкологии в школах.
6. Дать характеристику гигиенических требований к использованию учащимися персональных компьютеров.
7. Дать характеристику гигиенических требований к питанию учащихся в школе.
8. Дать характеристику гигиенических требований к качеству используемой питьевой воды.
9. Раскрыть значение правильной организации урока, уровня его гигиенической рациональности.
10. Дать физиологическое обоснование продолжительности урока.
11. Дать представление о хронометраже урока.
12. Нормы режима труда и отдыха. Роль физической культуры.
13. Гигиена умственного труда.
14. Гигиена труда педагога.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Цибульникова, В.Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В.Е. Цибульникова, Е.А. Леванова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Факультет педагогики и психологии ; учредитель Московский педагогический государственный университет ; под общ.ред. Е.А. Левановой. - Москва: МПГУ, 2017. - 148 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4263-0490-1; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471794>

Дополнительная литература:

1. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань: Познание, 2014. - 100 с.

2. Ланда, Б.Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология: учебное пособие / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань: Познание, 2014. - 66 с.: табл., схем. - (Готов к труду и обороне). - Библиогр. в кн.; То же [Электронный ресурс]. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364174>.

3. Патент на изобретение №2339045 СПОСОБ ПРОГНОЗИРОВАНИЯ И ОЦЕНКИ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА. Авторы: Рослый И.М., Водолажская М.Г. Патентообладатель: Государственное общеобразовательное учреждение высшего профессионального образования Ставропольский государственный

университет. Заявка № 2006145210. Зарегистрировано в Государственном реестре изобретений РФ 20 ноября 2008 г. Действует до 2026 г.

4. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – М.: Медицина, 2003. – 656 с. Гриф УМО РФ

5. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2007. – 656 с. Гриф УМО РФ

6. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2011. – 658 с. Учебник удостоен Премии правительства РФ как лучший учебник для студентов вузов

7. Стресс и его преодоление средствами физической культуры. Инновационный подход: учебно-методическое пособие / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2008. – Вып.6. - 56 с.

8. Технология профилактики злоупотребления психоактивными веществами на примере алкоголизма / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Рослый И.М., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2009. – Вып.7. - 100 с.

9. Биохимия для врача: Курс лекций / Рослый И.М., Водолажская М.Г. - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2007. – 66 с.

10. Водолажская М.Г., Водолажский, Магомедов Р.Р. и др. Антропология стресса: учебное пособие / Министерство науки и высшего образования РФ, Министерство образования Ставропольского края, ГБОУ ВО Ставропольский гос. пед. ин-т. – Ставрополь: «АРГУС» Ставропольского государственного аграрного университета, 2018. – 177 с.

11. Лаврентюк Г.П. Зависимость нашего здоровья от нравственности или как быть здоровым душой и телом: уч.- мет. пос. – СПб.: ООО «Береста», 2013. – 248 с.

12. Кат Т.М., Даутов Ю.Ю. Вселенная. Человек. Любовь. Династия врачей, творящих добро. – М Изд: Качество, 2020. – 532 с.

Методическая литература:

1. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине

«Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» / Сев.-Кав. федер. ун-т. - Ставрополь: СКФУ, 2026. - 49 с.

Интернет-ресурсы:

1. Полнотекстовая БД диссертаций РГБ
2. Научная электронная библиотека РФФИ (Elibrary)
3. Электронные базы данных по физиологии PubMed и Medline
4. БД издательства ELSEVIER
5. Oxford University Press
6. Журналы NATURE PG
7. Реферативный журнал ВИНТИ «Биология»
8. Университетская библиотека ONLINE
9. Университетская информационная система Россия

Специальное программное обеспечение - не требуется.

Материально-техническое обеспечение дисциплины – столы, стулья, ноутбук, проектор.

Практическое занятие 16

Итоги изучения дисциплины. Обобщение ключевых здоровьесберегающих закономерностей в образовательном процессе: системных, методологических, саногенетических, донозологических, нозологических, нормативных, анти-аддиктивных.

Вопросы и задания:

1. Каковы принципы функционирования организма и сохранения его здоровья?
2. Валеологические особенности трудовой (педагогической) деятельности.
3. Сформулируйте принципы нормирования с позиции современной научной картины мира.
4. Метаболическое действие алкоголя.
5. Профилактика зависимостей от ПАВ у обучающихся.
6. Механизм формирования зависимости от ПАВ. Профилактика зависимостей в образовательном процессе.
7. Каковы здоровьесберегающие условия организации образовательного процесса?

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Цибульникова, В.Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В.Е. Цибульникова, Е.А. Леванова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Факультет педагогики и психологии ; учредитель Московский педагогический государственный университет ; под общ.ред. Е.А. Левановой. - Москва: МПГУ, 2017. - 148 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4263-0490-1; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471794>

Дополнительная литература:

13. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань: Познание, 2014. - 100 с.

14. Ланда, Б.Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология: учебное пособие / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань: Познание, 2014. - 66 с.: табл., схем. - (Готов к труду и обороне). - Библиогр. в кн.; То же [Электронный ресурс]. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364174>.

15. Патент на изобретение №2339045 СПОСОБ ПРОГНОЗИРОВАНИЯ И ОЦЕНКИ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА. Авторы: Рослый И.М., **Водолажская М.Г.** Патентообладатель: Государственное общеобразовательное учреждение высшего профессионального образования Ставропольский государственный университет. Заявка № 2006145210. Зарегистрировано в Государственном реестре изобретений РФ 20 ноября 2008 г. Действует до 2026 г.

16. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – М.: Медицина, 2003. – 656 с. Гриф УМО РФ

17. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2007. – 656 с. Гриф УМО РФ

18. Покровский В.М., Коротько Г.Ф., Авдеев С.Н., Айсанов З.Р., Водолажская

М.Г. и др. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М.Покровского, Г.Ф.Коротько. – 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2011. – 658 с. Учебник удостоен Премии правительства РФ как лучший учебник для студентов вузов

19. Стресс и его преодоление средствами физической культуры. Инновационный подход: учебно-методическое пособие / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2008. – Вып.6. - 56 с.

20. Технология профилактики злоупотребления психоактивными веществами на примере алкоголизма / Водолажская М.Г., Койбаев Р.С., Рослый И.М., Водолажский Г.И. Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: СКИПКРО, 2009. – Вып.7. - 100 с.

21. Биохимия для врача: Курс лекций / Рослый И.М., Водолажская М.Г. - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2007. – 66 с.

22. Водолажская М.Г., Водолажский, Магомедов Р.Р. и др. Антропология стресса: учебное пособие / Министерство науки и высшего образования РФ, Министерство образования Ставропольского края, ГБОУ ВО Ставропольский гос. пед. ин-т. – Ставрополь: «АРГУС» Ставропольского государственного аграрного университета, 2018. – 177 с.

23. Лаврентюк Г.П. Зависимость нашего здоровья от нравственности или как быть здоровым душой и телом: уч.- мет. пос. – СПб. : ООО «Береста», 2013. – 248 с.

24. Кат Т.М., Даутов Ю.Ю. Вселенная. Человек. Любовь. Династия врачей, творящих добро. – М Изд: Качество, 2020. – 532 с.

Методическая литература:

1. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» / Сев.-Кав. федер. ун-т. - Ставрополь: СКФУ, 2026. - 49 с.

Интернет-ресурсы:

10. Полнотекстовая БД диссертаций РГБ
11. Научная электронная библиотека РФФИ (Elibrary)
12. Электронные базы данных по физиологии PubMed и Medline
13. БД издательства ELSEVIER
14. Oxford University Press
15. Журналы NATURE PG
16. Реферативный журнал ВИНТИ «Биология»
17. Университетская библиотека ONLINE
18. Университетская информационная система Россия

Специальное программное обеспечение - не требуется.

Материально-техническое обеспечение дисциплины – столы, стулья, ноутбук, проектор.