

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Смышнов Константин Михайлович

Должность: Декан факультета физической культуры и спорта

Дата подписания: 18.06.2026 13:29:45

Уникальный программный ключ:

929927c8ae4e55eb4d3ec0e00ff6bb638ca3a4d1

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

УТВЕРЖДАЮ

И.о. декана факультета
физической культуры и спорта
к.п.н., доцент Смышнов К.М.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Направление подготовки	44.04.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль)	«Физическая культура и спорт»
Год начала обучения	2026
Форма обучения	очная
Реализуется в семестре	1

Разработано

Доцент кафедры ОиАКиС
К.п.н., доцент Лукина Л.Б.

Ставрополь, 2026 г.

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)

Целью изучения дисциплины Здоровьесберегающие технологии в системе общего образования является формирование систематизированных знаний в области физической культуры и формирование набора общепрофессиональных компетенций будущего магистра по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование.

Задачи дисциплины:

1. Фундаментализировать у студентов методические и практические навыки в профессиональной деятельности по реализации диагностики и контроля медико-биологического и функционального состояния здоровья обучаемых.

2. Развить представление об аналитико-оценочной деятельности направленной на теоретический анализ результатов диагностики состояния здоровья обучаемых и практического распределения обучаемых по группам здоровья, видам и степеням заболеваний.

3. Ознакомить студентов с технологическими основами конструктивно-проектировочной деятельности в разработке здоровьесберегающих технологий, включающие в себя выявление факторов неблагоприятно влияющих на здоровье.

4. Совершенствовать представление и сформировать навыки практической организационно-управленческой деятельности по реализации здоровьесберегающих технологий в системе общего образования.

5. Раскрыть содержание просветительско-информационной деятельности направленной на формирование мотивационно-ценностного отношения обучаемых к индивидуальному здоровью и процессу его сохранения.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к дисциплинам по выбору Б1.В.ДВ.02.01.

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

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ПК-3 Способен применять современные методики и технологии организации образовательной деятельности, диагностики и оценивания качества обучения по различным образовательным программам в сфере физической культуры	ИД-1 _{ПК-3} знаком с содержанием и сущностью основных современных методик и технологий организации образовательной деятельности, диагностики и оценивания качества обучения по различным образовательным программам в сфере физической культуры	Ориентируется в знаниях о содержании и сущности основных современных здоровьесберегающих методик и технологий организации образовательной деятельности, диагностики и оценивания качества обучения по различным образовательным программам в сфере физической культуры
	ИД-2 _{ПК-3} применяет в педагогической деятельности по	Применяет в педагогической

	физической культуре и спорту современные методики и технологии организации образовательной деятельности, диагностики и оценивания качества обучения	деятельности по физической культуре и спорту современные здоровьесберегающие методики и технологии организации образовательной деятельности, диагностики и оценивания качества обучения
--	---	---

4. Объем учебной дисциплины (модуля) и формы контроля *

Объем занятий: всего 3 з.е. акад. ч.108	ОФО, в акад. часах
Контактная работа:	36.00
Лекции/из них практическая подготовка	18.00/0
Практических занятий/из них практическая подготовка	18.00/2.0
Самостоятельной работы	72.00
Формы контроля:	
Зачет	1 семестр

* Дисциплина (модуль) предусматривает применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (если иное не установлено образовательным стандартом)

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием количества часов и видов занятий

№	Раздел (тема) дисциплины и краткое содержание	Формируемые компетенции, индикаторы	очная форма				Формы текущего контроля успеваемости
			Контактная работа обучающихся с преподавателем /из них в форме практической подготовки, часов			Самостоятельная работа, часов	
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы		
1.	Социальная и практическая актуальность здоровьесбережения детей и учащейся молодежи. Современное состояние и проблематики социальной и практической актуальности здоровьесбережения детей и учащейся молодежи в системе отечественного образования в современное время.	ПК-3(ид 1,2)	2.00	2.00		8.00	Собеседование, Тест
2.	Понятие «Здоровье» как основополагающее в характеристике образовательных технологий. Физическое, психическое, социальное	ПК-3(ид 1,2)	2.00	2.00		8.00	Собеседование, Тест

	здоровье человека: понятие, пути и факторы его формирования						
3.	Общая характеристика понятий - технология, педагогические технологии, здоровьесберегающие технологии и их составляющие 1. Основные понятия здоровья человека. Здоровье и благополучие человека. 2. Здоровье человека и окружающая среда. Здоровье и его составляющие	ПК-3 _(ид 1,2)	2.00	2.00		8.00	Собеседование, Тест
4.	Сущность, закономерности, принципы и подходы здоровьесберегающей педагогики . Сущность здоровьесберегающей педагогики, охарактеризовать закономерности, принципы и подходы ее реализации в образовательных учреждениях.	ПК-3 _(ид 1,2)	2.00	2.00		8.00	Собеседование, Тест
5.	Исторические предпосылки развития культуры здоровья личности. «Поучение чадам своим» Владимира Мономаха. Н.И. Пирогов (1810-1881), И.И. Мечников (1845 – 1916), П.Ф. Лесгафт (1837 – 1909). Теоретические предпосылки возникновения здоровьесберегающей педагогики.	ПК-3 _(ид 1,2)	2.00	2.00		8.00	Собеседование, тест
6.	Основные подходы к исследованию психо-функционального состояния организма человека. Возрастные аспекты диагностики уровня здоровья. Прогнозирование здоровья. Теоретический анализ результатов диагностики состояния здоровья обучаемых. Методика	ПК-3 _(ид 1,2)	2.00	2.00		8.00	Собеседование, Тест

	практического распределения учащихся по группам здоровья, видам и степеням заболеваний						
7.	Мониторинг состояния дыхательной системы организма человека. Основные методики комплексной диагностики уровня здоровья дыхательной системы организма человека. Общая характеристика оздоровительных систем с использованием дыхательных упражнений.	ПК-3 _(ид 1,2)	2.00	2.00		8.00	Собеседование, Тест
8.	Мониторинг состояния нервной системы организма человека. Основные методики комплексной диагностики уровня здоровья.	ПК-3 _(ид 1,2)	2.00	2.00		8.00	Собеседование, Тест
9.	Мониторинг состояния сердечно-сосудистой системы организма человека. Понятие и функции, задачи самоконтроля при занятиях физической культурой . Основные методики комплексной диагностики уровня здоровья сердечно-сосудистой системы организма человека	ПК-3 _(ид 1,2)	2.00	2.00		8.00	Собеседование, тест
	ИТОГО за семестр		18.00	18.00		72.00	
	ИТОГО		18.00	18.00		72.00	

6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

Фонд оценочных средств (ФОС) по дисциплине (модулю) Здоровьесберегающие технологии в системе общего образования базируется на перечне осваиваемых компетенций с указанием индикаторов. ФОС обеспечивает объективный контроль достижения запланированных результатов обучения. ФОС включает в себя:

- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций (включаются и методические указания по тем видам работ, которые предусмотрены учебным планом и предусматривают оценку сформированности компетенций);
- типовые оценочные средства, необходимые для оценки знаний, умений и уровня сформированности компетенций.

ФОС является приложением к данной программе дисциплины (модуля).

7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Приступая к работе, каждый студент должен принимать во внимание следующие положения.

Дисциплина (модуль) построена по тематическому принципу, каждая тема представляет собой логически завершённый раздел.

Лекционный материал посвящён рассмотрению ключевых, базовых положений курсов и разъяснению учебных заданий, выносимых на самостоятельную работу студентов.

Практические занятия проводятся с целью закрепления усвоенной информации, приобретения навыков ее применения при решении практических задач в соответствующей предметной области.

Лабораторные работы направлены на приобретение опыта практической работы в соответствующей предметной области.

Самостоятельная работа студентов направлена на самостоятельное изучение дополнительного материала, подготовку к практическим и лабораторным занятиям, а также выполнения всех видов самостоятельной работы.

Для успешного освоения дисциплины, необходимо выполнить все виды самостоятельной работы, используя рекомендуемые источники информации.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

8.1.1. Перечень основной литературы:

1. Николаев, Е. В. Традиционные и инновационные здоровьесберегающие технологии в физической культуре для студентов Электронный ресурс / Николаев Е. В., Кузнецова Н. В., Панина Н. Г.: учебное пособие. - Волгоград: ВолгГТУ, 2019. - 100 с. - ISBN 978-5-9948-3333-9, экземпляров неограничено

8.1.2. Перечень дополнительной литературы:

1. Гараева, Е. А. Здоровьесберегающие технологии в профессионально-педагогическом образовании: Учебное пособие / Гараева Е. А. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2013. - 175 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено

2. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования: практикум: Направление подготовки 49.04.01 Физическая культура. Магистерская программа «Профессиональное образование в сфере физической культуры» / сост. Л. В. Белова; Сев.-Кав. федер. ун-т. - Ставрополь: СКФУ, 2017. - 95 с., экземпляров неограничено

3. Здоровьесберегающие технологии в образовательной среде технического вуза: (опыт МГТУ им. Н. Э. Баумана): монография / Г. И. Семикин, Г. А. Мысина, А. С. Миронов [и др.]; под редакцией Г. А. Мысиной. - Здоровьесберегающие технологии в образовательной среде технического вуза: (опыт МГТУ им. Н. Э. Баумана), 2026-12-31. - Электрон. дан. (1 файл). - Тула: Тульский государственный педагогический университет имени Л.Н. Толстого, 2020. - 168 с. - электронный. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-6043746-9-6, экземпляров неограничено.

4. Цибульников, В.Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании Электронный ресурс: учебное пособие / Е.А. Леванова / В.Е. Цибульников; ред. Е.А. Леванова. - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2017. - 148 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4263-0490-1, экземпляров неограничено

8.2. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

1. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине "Здоровьесберегающие технологии в системе общего образования": Направление подготовки 44.04.01 «Педагогическое образование»; направленность (профиль) «Физическая культура и спорт»; квалификация выпускника - магистр; сост. Л.В. Белова. - Ставрополь, 2023.

8.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
2. <http://ru.wikipedia.org/wiki> (Википедия - свободная энциклопедия)
3. <http://www.biblioclub.ru> университетская библиотека online
4. <http://www.rsl.ru/ru/s97/s339> Российская Государственная библиотека.
5. <http://www.consultant.ru/КонсультантПлюс>
6. <http://www.fismag.ru> Физкультура и спорт

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

При чтении лекций используется компьютерная техника, демонстрации презентационных мультимедийных материалов. На семинарских и практических занятиях студенты представляют презентации, подготовленные ими в часы самостоятельной работы.

Информационные справочные системы:

Информационно-справочные и информационно-правовые системы, используемые при изучении дисциплины:

1	http://ru.wikipedia.org/wiki (Википедия - свободная энциклопедия)
2	http://www.rsl.ru/ru/s97/s339 Российская Государственная библиотека
3	http://elibrary.ru/defaultx.asp Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
4	http://www.biblioclub.ru университетская библиотека online
5	http://www.rsl.ru/ru/s97/s339 Российская Государственная библиотека.
6	http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/3 Теория и практика физической культуры
7	http://www.iprbookshop.ru Электронно-библиотечная система IPRbooks

Программное обеспечение:

1	Альт Рабочая станция 10
2	Альт Рабочая станция К
3	Альт «Сервер»

4	Пакет офисных программ - Р7-Офис
---	----------------------------------

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

Лекционные занятия	Учебная аудитория для проведения учебных занятий, оснащенная мультимедийным оборудованием и техническими средствами обучения.
Лабораторные занятия	
Практические занятия	Учебная аудитория для проведения учебных занятий, оснащенная мультимедийным оборудованием и техническими средствами обучения.
Самостоятельная работа	Помещение для самостоятельной работы обучающихся оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и возможностью доступа к электронной информационно-образовательной среде университета
Практическая подготовка	Осуществляется в структурных подразделениях университета и (или) в организациях, осуществляющих деятельность по профилю соответствующей образовательной программы, в том числе ее структурном подразделении

11. Особенности освоения дисциплины (модуля) лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, услуги ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Освоение дисциплины (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися, а также в отдельных группах.

Освоение дисциплины (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

В целях доступности получения высшего образования по образовательной программе лицами с ограниченными возможностями здоровья при освоении дисциплины (модуля) обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),
- письменные задания, а также инструкции о порядке их выполнения оформляются увеличенным шрифтом,
- специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы (имеющие крупный шрифт или аудиофайлы),
- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс,
- при необходимости студенту для выполнения задания предоставляется увеличивающее устройство;

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),
- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающемуся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
- обеспечивается надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата (в том числе с тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;
- по желанию студента задания могут выполняться в устной форме.

12. Особенности реализации дисциплины с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения

Согласно части 1 статьи 16 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» под электронным обучением понимается организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических работников. Под дистанционными образовательными технологиями понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

Реализация дисциплины может быть осуществлена с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения полностью или частично. Компоненты УМК дисциплины (рабочая программа дисциплины, оценочные и методические материалы, формы аттестации), реализуемой с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, содержат указание на их использование.

При организации образовательной деятельности с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения могут предусматриваться асинхронный и синхронный способы осуществления взаимодействия участников образовательных отношений посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

При применении дистанционных образовательных технологий и электронного обучения в расписании по дисциплине указываются: способы осуществления взаимодействия участников образовательных отношений посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (ВКС-видеоконференцсвязь, ЭТ – электронное тестирование); ссылки на электронную информационно-образовательную среду СКФУ, на образовательные платформы и ресурсы иных организаций, к которым предоставляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет»; для синхронного обучения - время проведения онлайн-занятий и преподаватели; для асинхронного обучения - авторы онлайн-курсов.

При организации промежуточной аттестации с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения используются Методические рекомендации по применению технических средств, обеспечивающих объективность результатов при проведении промежуточной и государственной итоговой аттестации по

образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры с применением дистанционных образовательных технологий (Письмо Минобрнауки России от 07.12.2020 г. № МН-19/1573-АН "О направлении методических рекомендаций").

Реализация дисциплины с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий осуществляется с использованием электронной информационно-образовательной среды СКФУ, к которой обеспечен доступ обучающихся через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет», или с использованием ресурсов иных организаций, в том числе платформ, предоставляющих сервисы для проведения видеоконференций, онлайн-встреч и дистанционного обучения (МТС-Линк), а также с использованием возможностей социальных сетей для осуществления коммуникации обучающихся и преподавателей

Учебно-методическое обеспечение дисциплины, реализуемой с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, включает представленные в электронном виде рабочую программу, учебно-методические пособия или курс лекций, методические указания к выполнению различных видов учебной деятельности обучающихся, предусмотренных дисциплиной, и прочие учебно-методические материалы, размещенные в информационно-образовательной среде СКФУ.