

«УТВЕРЖДАЮ»

Врио директора института

психологии и педагогики

/Т.Д. Красова /

25 апреля 2024



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.01.03 Современные технологии оздоровления детей в образовательных организациях

**Направление подготовки:** 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

**Направленность (профиль):** Дошкольное образование, Коррекционная педагогика

**Квалификация (степень):** бакалавр

**Форма обучения:** очная, очно-заочная

**Институт:** психологии и педагогики

**Кафедра:** дошкольного и специального образования

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	5	4,5	-
Семестр/триместр	9,10	11,12,13	-
Лекций	32	10	-
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия	56	11	-
в т. ч. практическая подготовка	8	12	
Форма(ы) промежуточной аттестации	зачет, зачет с оценкой	зачет, зачет с оценкой	-
Контроль			
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	56	120	-

**Всего часов: 144**

**Трудоемкость: 4 зачетных единиц**

Разработчик рабочей программы:

кандидат педагогических наук, доцент

Ж.В. Чуйкова

## I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

**Цель изучения дисциплины:** формирование профессиональных навыков, необходимых для осуществления физического воспитания детей в дошкольных учреждениях; обеспечение профессиональной готовности студентов к физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом современных технологий физического воспитания и развития детей и перспективных направлений развития системы дошкольного воспитания.

**Задачи изучения дисциплины:** формирование представлений о возможностях использования современных технологий оздоровления детей в дошкольных образовательных организациях, совершенствование умения работать с учебной, научной, научно-методической литературой; формирование интереса к проблемам физического воспитания и развития детей дошкольного возраста, педагогической рефлексии.

**Место дисциплины в структуре ОПОП:** реализуется в рамках вариативной части (части, формируемой участниками образовательных отношений) блока Б1. Дисциплины (модули)

### Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Код компетенции	Индикаторы компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПК-1	ПК-1.1. Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета)	<b>Знает:</b> - основные положения и требования к использованию современных технологий оздоровления детей в дошкольном образовании; формы, методы и средства оздоровительной работы, современные технологии оздоровления детей в дошкольном образовании.
	ПК-1.2. Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.	<b>Умеет:</b> - осуществлять отбор содержания оздоровительных технологий в соответствии с ФГОС ДО; планировать и комплексно применять современные технологии оздоровления детей в дошкольном образовании в образовательном процессе дошкольного образования.
	ПК-1.3. Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.	<b>Владеет:</b> - умениями по проектированию оздоровительного процесса детей в соответствии с образовательной программой в дошкольном образовании; современными технологиями оздоровления детей,

		методами обучения, в том числе и дистанционными.
ПК-8	ПК-8.1. Разрабатывает образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями.	<b>Знает:</b> -содержание оздоровительной работы детей в соответствии с ФГОС ДО, ФОП ДО и парциальными образовательными программами.
	ПК-8.2. Формирует средства контроля качества учебно-воспитательного процесса.	<b>Умеет:</b> -отбирать и формировать средства контроля качества оздоровления детей в дошкольном образовании в соответствии с возрастными особенностями детей.
	ПК-8.3. Разрабатывает план коррекции образовательного процесса в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.	<b>Владеет:</b> - навыками разработки плана коррекции оздоровительных мероприятий детей в ДОО, в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.

**II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ**  
с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу

**Очная форма обучения (при наличии)**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
	<b>Раздел 1. «Современные программы по физическому воспитанию дошкольников»</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>16</b>		<b>40</b>
1.	Тема 1. «История проблемы здоровьесбережения у детей »	20	6	4		10
2.	Тема 2. «Нормативно-правовое обеспечение образовательного процесса в ДОО с позиции здоровьесбережения»	26	2	4		10
3.	Тема 3. «Педагогические технологии физического совершенствования	36	8	8		20

	ДОШКОЛЬНИКОВ»					
	зачёт					
	<b>Итого за 9 семестр</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>16</b>		<b>40</b>
	<b>Раздел 2. «Современные технологии оздоровления детей в ДОО»</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>40</b>		<b>16</b>
4.	Тема 4. «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДОО »	36	8	20		8
5.	Тема 5. «Использование современных технологий оздоровления детей в дошкольных образовательных организациях»	36	8	20		8
	<i>Зачет с оценкой</i>					
	<b>итого за 10 семестр</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>40</b>		<b>16</b>
	в т. ч. практическая подготовка	8				
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>32</b>	<b>56</b>		<b>56</b>

#### Очно-заочная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам.раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
	<b>Раздел 1. «Современные программы по физическому воспитанию дошкольников»</b>	<b>36</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		<b>26</b>
1.	Тема 1. «История проблемы здоровьесбережения у детей »	14	2	2		10
2.	Тема 2. «Нормативно-правовое обеспечение образовательного процесса в ДОО с позиции здоровьесбережения»	12		2		10
3.	Тема 3. «Педагогические технологии физического совершенствования	10	2	2		6

	дошкольников»					
	<i>итого за 11 триместр</i>	<b>36</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		<b>26</b>
	<b>Раздел 2. «Современные технологии оздоровления детей в ДОО»</b>	<b>72</b>	<b>6</b>	<b>6</b>		<b>60</b>
4.	Тема 4. «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДОО »	36	2	4		30
5.	Тема 5. «Использование современных технологий оздоровления детей в дошкольных образовательных организациях»	36	4	2		30
	зачёт					
	<i>итого за 12 триместр</i>	<b>72</b>	<b>6</b>	<b>6</b>		<b>60</b>
	<b>Раздел 2. «Современные технологии оздоровления детей в ДОО»</b>	<b>36</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>34</b>
	Тема 6. «Организация здоровьесберегающей среды в ДОО»	20		-		20
	Тема 7. «Технологии оздоровления детей дошкольного возраста»	16		2		14
	<i>Зачет с оценкой</i>					
	<i>итого за 13 триместр</i>	36		2		34
	в т. ч. практическая подготовка	12				
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>10</b>	<b>14</b>		<b>120</b>

**Заочная форма обучения (не реализуется)**

### **III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Текущая аттестация проводится в форме типовой контрольной работы, реферата.

**Типовые варианты контрольной работы**

1 вариант

1. Оздоровительно-развивающая программа «Са-Фи-Дансе» (цель, задачи, отличительные особенности).

2. Методика аэрофитотерапии.

2 вариант

1. Программа «Здоровье» (цель, задачи, отличительные особенности).

2. Методика проведения водного закаливания дошкольников.

3 вариант

1. Хатха-йога, как современная система по оздоровлению детей в ДОУ.

2. Стрейчинг, как способ оздоровления дошкольников.

### **Примерная тематика рефератов**

1. Программа «Здоровье» (цель, задачи, отличительные особенности).

2. Программа «Театр физического воспитания дошкольников» (цель, задачи, отличительные особенности).

3. Программа «Здравствуй» (цель, задачи, отличительные особенности).

4. Фитотерапия. Значение фитопрофилактики для оздоровления дошкольников.

5. Ароматерапия. Использование ароматических масел в профилактической и лечебной медицине.

6. Оздоровительно-развивающая программа «Са-Фи-Дансе». Особенности реализации.

7. Индивидуальный подход в физическом воспитании дошкольников.

8. Врачебно-педагогический контроль за физическим воспитанием детей дошкольного возраста.

9. Оборудование и инвентарь для занятий физическими упражнениями. Их классификация и характеристика.

10. Закаливающие системы в оздоровительной работе с дошкольниками.

11. Возможности использования массажа и самомассажа в оздоровительной работе с детьми.

12. Варианты здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

13. Фитболгимнастика, как способ оздоровления дошкольников.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме зачета с использованием следующих оценочных материалов: *вопросы к зачету, вопросы к зачету с оценкой.*

### **Вопросы к зачету**

(9 семестр, очная форма обучения)

(12 триместр очно-заочная форма обучения)

1. Общая классификация программ по физическому воспитанию детей дошкольного возраста.

2. Программа воспитания и обучения в детском саду (цель, задачи, основное содержание).

3. Программа «Детство» - раздел «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными» (цель, задачи, основное содержание).

4. Программа «Физическая культура - дошкольникам» (цель, задачи, отличительные особенности).

5. Программа «Здоровье» (цель, задачи, отличительные особенности).

6. Программа «Театр физического воспитания дошкольников» (цель, задачи, отличительные особенности).
7. Программа «Здравствуй» (цель, задачи, отличительные особенности).
8. Оздоровительно-развивающая программа «Са-Фи-Дансе» (цель, задачи, отличительные особенности).
9. Педагогические технологии физического совершенствования дошкольников: игровой стрейчинг.
10. Педагогические технологии физического совершенствования дошкольников: ритмопластика.
11. Педагогические технологии физического совершенствования дошкольников: креативная гимнастика.
12. Фитотерапия. Значение фитопрофилактики для оздоровления дошкольников.
13. Методика аэрофитотерапии.
14. Методика проведения водного закаливания дошкольников.
15. Лечебный комплекс «сауна-бассейн-фитобар». Особенности его использования.
16. Инновационные закаливающие системы в ДОУ.
17. Массаж, как способ оздоровления дошкольников в ДОУ.
18. Аутогенная тренировка, как способ оздоровления дошкольников в ДОУ.
19. Музыкально-ритмическая гимнастика, виброгимнастика как способ оздоровления дошкольников в ДОУ.
20. Хатха-йога как современная система по оздоровлению детей в ДОУ.
21. Китайская оздоровительная система по оздоровлению детей в ДОУ.
22. Дыхательная гимнастика как современная система по оздоровлению детей в ДОУ.
23. Стрейчинг как способ оздоровления дошкольников.
24. Фитбол гимнастика как способ оздоровления дошкольников.

**Вопросы к зачету с оценкой  
( 10-й семестр, очная форма обучения)  
(13-триместр, очно-заочная форма обучения)**

1. Здоровье, его признаки и компоненты.
2. Педагогика здоровья и педагогические технологии. Понятие о здоровьесберегающих технологиях.
3. История проблемы здоровьесбережения у детей.
4. Образ жизни человека. Категории образа жизни. Значение здорового образа жизни для человека.
5. Компоненты здорового образа жизни. Мотивации здоровья и здорового образа жизни.
6. Теории питания и роль питания в здоровье человека. Потребность в питании дошкольников.
7. Болезни человека, вызванные неправильным питанием.
8. Основы рационального питания.
9. Двигательная активность и здоровье. Роль физических упражнений в профилактике стресса.

10. Понятие о физической культуре. Двигательные качества и их особенности у детей.

11. Рекомендации оиспользованию средств тренировки для основных систем организма. Принципы физической тренировки.

12. Понятие о культуре здоровья. Формирование культуры здоровья у дошкольников в детском саду и дома.

13. Образованность, сознательность и поведение как основные элементы культуры здоровья. Взаимодействие между ними.

14. Общепатогенные факторы, оказывающие неблагоприятное воздействие на здоровье детей.

15. Факторы, связанные с образовательным процессом, оказывающие неблагоприятное воздействие на здоровье детей.

16. Принципы здоровьесберегающих технологий в ДОО.

17. Медико-профилактические и физкультурно-оздоровительные здоровьесберегающие технологии.

18. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка, здоровьесбережения педагогов и здоровьесберегающего просвещения родителей.

19. Здоровьесберегающее пространство в детском саду.

20. Ритмопластика как здоровьесберегающая технология. Особенности и преимущества технологии. Примеры упражнений.

21. Подвижные и спортивные игры как здоровьесберегающая технология. Особенности использования технологии. Примеры подвижных и спортивных игр.

22. Динамические паузы как здоровьесберегающая технология. Требования к проведению. Примеры использования технологии.

23. Релаксация как здоровьесберегающая технология. Особенности использования технологии. Примеры упражнений.

24. Пальчиковая гимнастика как здоровьесберегающая технология. Взаимосвязь развития мелкой моторики и речи. Примеры пальчиковых упражнений.

25. Дыхательная гимнастика как здоровьесберегающая технология. Правильное дыхание. Требования к дыхательной гимнастике. Примеры дыхательных упражнений.

26. Гимнастика для глаз как здоровьесберегающая технология. Условия применения упражнений для глаз. Примеры упражнений.

27. Бодрящая гимнастика в детском саду. Значение бодрящей гимнастики, правила проведения. Примеры упражнений.

28. Корригирующая гимнастика как здоровьесберегающая технология. Значение и правила проведения. Примеры упражнений.

29. Ортопедическая гимнастика как здоровьесберегающая технология. Значение и правила проведения. Примеры упражнений.

30. Физкультурное занятие в детском саду. Требования к проведению. Структура занятия. Примеры упражнений.

31. Самомассаж как здоровьесберегающая технология. Значение самомассажа, правила проведения. Примеры самомассажа.

32. Непосредственная образовательная деятельность по теме «Человек и здоровье». Содержание и особенности методики проведения занятий.



33. Арт-терапия как здоровьесберегающая технология. Направления арттерапии. Изотерапия.
34. Музыкальная терапия как здоровьесберегающая технология. Особенности применения технологии.
35. Сказкотерапия как здоровьесберегающая технология. Особенности применения технологии.
36. Цветотерапия как здоровьесберегающая технология. Влияние различных цветов на психоэмоциональное состояние ребёнка. Особенности применения технологии.
37. Психогимнастика как здоровьесберегающая технология. Структура занятия по психогимнастике. Примеры упражнений.
38. Фонетическая ритмика как здоровьесберегающая технология. Значение и особенности применения технологии. Примеры упражнений.
39. Технологии закаливания в детском саду. Принципы закаливания.
40. Способы закаливания. Примеры закаливающих процедур.

#### **IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

##### **4.1. Основная литература**

1. Завьялова, Т.П. Теория и методика физического воспитания дошкольников : учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 282 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16571-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/531309> (дата обращения: 02.09.2024).
2. Морозова, Л.Д. Теория и методика физического развития дошкольников : учебное пособие для вузов / Л. Д. Морозова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 167 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11435-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495693> (дата обращения: 02.09.2024).

##### **4.2. Дополнительная литература**

1. Модели создания воспитывающей среды в образовательных организациях, организациях отдыха детей и их оздоровления: наука, технологии, практики / под ред. Т.Н. Владимировой ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Московский педагогический государственный университет, Федеральный координационный центр по подготовке и сопровождению вожатских кадров и др. — Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2018. — 454 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500451> (дата обращения: 02.09.2024).
2. Пелихова А.В. Здоровьесберегающие технологии в коррекционно-образовательном процессе для детей дошкольного возраста с

нарушениями речи / А.В. Пелихова //Педагогика. Вопросы теории и практики Pedagogy. Theory & Practice ISSN 2686-8725 (online) ISSN 2500-0039 (print) 2020. Том 5. Выпуск 3. С. 322-325 / 2020. Volume 5. Issue 3. P. 322-325

3. Чеменева, А.А. Парциальная программа рекреационного туризма для детей старшего дошкольного возраста «Весёлый Рюкзачок» : методическое пособие / А.А. Чеменева, А.Ф. Мельникова, В.С. Волкова. – Москва : Русское слово — учебник, 2017. – 81 с. : табл. – (ФГОС дошкольного образования). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=485738> (дата обращения: 02.09.2024).

#### **V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

<b>№ пп</b>	<b>Ссылка на информационный ресурс</b>	<b>Наименование разработки в электронной форме</b>	<b>Доступность</b>
1.	<a href="http://nsportal.ru">http://nsportal.ru</a>	Социальная сеть работников образования. Включает: методические рекомендации, консультации, статьи, презентации, конспекты образовательной деятельности для детей.	Свободный доступ
2.	<a href="http://edu.ru/">http://edu.ru/</a>	Российское образование: Федеральный портал. Включает: ссылки на порталы и сайты образовательных учреждений; государственные образовательные стандарты; нормативные документы; каталог экскурсий и обучающих программ.	Свободный доступ
3.	<a href="https://cyberleninka.ru/">https://cyberleninka.ru/</a>	Научная электронная библиотека «Киберленинка». Включает: современные научно-практические статьи по зарубежным и отечественным исследованиям.	Свободный доступ
4	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Инфоурок: образовательный интернет-проект России. Включает: конспекты уроков, презентации, тесты, видеоуроки и другие	Свободный доступ

		материалы по предметам школьной программы.	
--	--	---	--

## **VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ**

1.	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a>	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
2.	<a href="http://www.garant.ru">www.garant.ru</a>	Информационно-правовой портал	Свободный доступ
3.	<a href="http://www.elibrary.ru">www.elibrary.ru</a>	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ

## **VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

## **VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.