

УДК 378.147:796.07 (075.8)
ББК 74.58:75.1 я73
З 46

Печатается по решению
редакционно-издательского совета
Северо-Кавказского федерального
университета

Рецензенты:

д-р биол. наук, профессор *Н. Г. Беляев*,
канд. мед. наук, доцент *С. А. Егорова*

З 46 Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования: практикум /
сост. Л. В. Белова. – Ставрополь: Изд-во СКФУ,
2017. – 95 с.

Пособие отвечают требованиям ФГОС ВО и содержит теоретический материал, дающий общее представление о здоровьесберегающих технологиях, принципах и особенностях здоровьесберегающей организации учебного процесса, описание методик диагностики индивидуальных особенностей и состояния здоровья человека, контрольные вопросы для самостоятельной работы магистранта.

Предназначено для магистрантов направления подготовки 49.04.01 – Физическая культура, обучающихся по магистерской программе «Профессиональное образование в сфере физической культуры».

УДК 378.147:796.07 (075.8)
ББК 74.58:75.1 я73

Составитель

канд. пед. наук, доцент *Л. В. Белова*

© ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский
федеральный университет», 2017

Содержание

Предисловие.....	4
------------------	---

Раздел 1. ВНЕДРЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ, ПРОГРАММ, МОДЕЛЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС

1. Социальная и практическая актуальность здоровьесбережения детей и учащейся молодежи.....	7
2. Понятие «здоровье» как основополагающее в характеристике образовательных технологий.....	15
3. Исторические предпосылки развития культуры здоровья личности.....	21
4. Общая характеристика понятий «технология», «педагогические технологии», «здоровьесберегающие технологии» и их составляющие.....	30
5. Сущность, закономерности, принципы и подходы здоровьесберегающей педагогики.....	38

Раздел 2. ДИАГНОСТИКА И КОНТРОЛЬ МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОГО И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЕМЫХ

6. Основные подходы к исследованию психо- функционального состояния организма человека.....	57
7. Мониторинг состояния дыхательной системы человека..	77
8. Мониторинг состояния нервной системы человека.....	82
9. Мониторинг состояния сердечно-сосудистой системы человека.....	87
Заключение.....	92
Литература.....	94

Предисловие

Задача сохранения, укрепления и развития здоровья учащейся молодежи, воспитание ценностей здорового образа жизни и сознательного отношения к нему – одна из главных в политике Российского государства. Данное направление находит свое отражение в различных нормативных документах и законодательных актах Российской Федерации: в Законе «Об образовании», Конвенции охраны здоровья населения РФ, Законе «Об охране окружающей среды», Конвенции развития здравоохранения и медицинской науки в РФ и др. И тем не менее в России по-прежнему на всех уровнях системы образования наблюдается неблагоприятная картина состояния здоровья детей и учащейся молодежи. По данным Министерства здравоохранения и социального развития России, в настоящее время менее 5 % детей и подростков абсолютно здоровы, лишь 14 % детей практически здоровы, 50 % имеют функциональные отклонения, 35–40 % – хронические заболевания.

Особая роль в решении проблемы здоровьесбережения молодого поколения принадлежит педагогической науке и практике, призванным проектировать и реализовывать модели здоровьесберегающих образовательных систем, воплощать их посредством разнообразного спектра технологий в реальную педагогическую действительность.

Содержание предлагаемого учебного пособия, теоретические положения, дидактические и технологические конструкции в области здоровьесберегающих технологий создадут реальные возможности для внедрения в практическую и социально востребованную деятельность по инновационному направлению подготовки магистров по физической культуре.

Цель курса – формирование профессиональных компетенций магистра по физической культуре.

Задачи курса:

- фундаментализировать у магистрантов методические и практические навыки в профессиональной деятельности по реализации диагностики и контроля медико-биологического и функционального состояния здоровья обучаемых;
- развить представление об аналитико-оценочной деятельности направленной на теоретический анализ результатов диагностики состояния здоровья обучаемых и практического рас-

пределения обучаемых по группам здоровья, видам и степеням заболеваний;

- формирование всесторонне теоретически обоснованных научных представлений об основной направленности конструктивно-проектировочной деятельности в разработке здоровьесберегающих технологий, включающие в себя выявление факторов, неблагоприятно влияющих на здоровье;

- совершенствовать навыки практической организационно-управленческой деятельности по реализации здоровьесберегающих технологий в системе образования;

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

Место дисциплины в структуре ОП магистратуры. Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования» относится к дисциплинам по выбору вариативной части Б1.В.ДВ.1.2, её освоение происходит в 1 семестре.

Связь с предшествующими дисциплинами. Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования» находится в тесной интегративной связи с такими дисциплинами, как: «Методы психолого-педагогических исследований», «Система биоэкономичного психомоторного укрепления в непрерывном физкультурном образовании».

Связь с последующими дисциплинами. Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования» находится в тесной интегративной связи с последующими дисциплинами: «Теория и методика профессионального образования в сфере физической культуры и спорта».

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

ОК-2 – способность действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения;

ОПК-4 – способность осуществлять проектирование образовательной, тренировочной, рекреационной, научно-исследовательской, организационно-управленческой и культурно-просветительской деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

ЗНАТЬ:

- формы здоровьесберегающей деятельности в области оздоровительной физической культуры;

- особенности принятия организационно-управленческих решений в сфере оздоровительной физической культуры при различных возникших ситуациях,

- способы осуществления проектирования образовательной, тренировочной, рекреационной, научно-исследовательской, организационно-управленческой и культурно-просветительской деятельности;

УМЕТЬ:

- действовать в нестандартных ситуациях,
- осуществлять проектирование образовательной, тренировочной, рекреационной, научно-исследовательской, организационно-управленческой и культурно-просветительской деятельности;
- разрабатывать и внедрять здоровьесберегающие технологии, программы, модели в образовательное пространство учебного заведения;

ВЛАДЕТЬ:

- навыками проектирования образовательной, тренировочной, рекреационной, здоровьесберегающей деятельности в системе образования.