**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**Кафедра «Социальная работа»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СЕМЕЙНАЯ ПЕДАГОГИКА»**

**ДЛЯ СТУДЕНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО НАПРАВЛЕНЯ 39.04.02**

**(ОЧНОЙ И ЗАОЧНОЙ ФОРМ ОБУЧЕНИЯ)**

Ростов-на-Дону ДГТУ

2022

УДК 64

Составитель Е.Н.Пожарская

Методические указания по дисциплине «Здоровьесберегающая семейная педагогика» для студентов образовательного направления 39.04.02 (очной и заочной форм обучения) / Пожарская Е.Н. – Ростов-на-Дону: Донской гос. техн. ун-т, 2022. - 17 с.

Содержат указания для подготовки к лекционным и практическим занятиям, рекомендации к написанию контрольной работы.

Предназначены для студентов направления 39.04.02 образовательной программы «Социальный менеджмент» по направлению «Социальная работа» очной и заочной форм обучения.

УДК 64

Печатается по решению редакционно-издательского совета

Донского государственного технического университета

Ответственный за выпуск зав. кафедрой «Социальная работа» Н.И.Басина

|  |
| --- |
| В печать 21.06.22г.  Формат 60×84/16 Объём 0,7 усл.п.л.  Тираж 50 экз. Заказ №724 |

Издательский центр ДГТУ

Адрес университета и полиграфического предприятия:

344000, г.Ростов-на-Дону, пл.Гагарина,1.

© Донской государственный

технический университет, 2022

**СОДЕРЖАНИЕ**

Общие указания.....................................................................................................4

Лекционные занятия ............................................................................................4

Практические занятия...........................................................................................5

Самостоятельная работа.......................................................................................11

Работа с литературой............................................................................................11

Подготовка практического задания.....................................................................12

Подготовка контрольной работы.........................................................................12

Текущая аттестация...............................................................................................13

Промежуточная аттестация (семестровая)..........................................................

**Общие указания**

Методические указания по изучению дисциплины "Здоровьесберегающая семейная педагогика " представляют собой комплекс рекомендаций и разъяснений, позволяющих студенту оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины. Приступая к изучению дисциплины, необходимо в первую очередь ознакомиться содержанием РПД для студентов очной и заочной форм обучения.

**Лекционные занятия**

По курсу предусмотрено проведение лекционных занятий, на которых дается основной материал, согласно обозначенной теме.

Лекции по дисциплине "Здоровьесберегающая семейная педагогика" имеют целью дать систематизированные основы научных знаний в социально-значимой сфере охраны здоровья детей и молодежи средствами института образования. Курс знакомит магистров с модельными представлениями в разработке вопросов организации и менеджмента здоровьесбережения в образовании и социальной сфере, квалиметрических подходах к измерению показателей общественного здоровья (на примере детско-юношеской популяции) и процессах измерения эффективности здоровьеохранной работы сферы образования.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, предложенных преподавателем схем (при их демонстрации), основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект должен быть выполнен в отдельной тетради по предмету. Объем конспекта определяется самим студентом.

При работе с конспектом лекций необходимо учитывать тот фактор, что одни лекции дают ответы на конкретные вопросы темы, другие – лишь выявляют взаимосвязи между явлениями, помогая студенту понять глубинные процессы развития изучаемого предмета как в истории, так и в настоящее время. Несмотря на наличие разных видов лекций, можно дать несколько общих советов по их конспектированию и дальнейшей работе с записями:

1. При написании конспекта необходимо максимально использовать «зрительную» память, чтобы конспект легко воспринимался зрительно. Рекомендуется выделять заголовки, отделять друг от друга вопросы, подчеркивать термины и определения.

2. Следует обращать внимание на акценты, выводы, которые делает лектор, отмечая наиболее важные моменты в лекционном материале.

3. Целесообразно не записывать каждое слово лектора, а вначале понять основную мысль, излагаемую лектором, а затем записать, используя сокращения.

4. Конспектируя лекцию, лучше оставлять поля, на которых позднее, при самостоятельной работе с конспектом, можно сделать дополнительные записи, отметить непонятные места.

5. Необходимо прочитать лекцию перед семинарским занятием по соответствующей теме.

Следует также учитывать, что конспект лекций отражает лишь основные моменты по изучаемой теме и без проработки учебной литературы не может дать требуемый объем знаний.

**Практические занятия**

Практические занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности учащихся и приобретение умений и навыков. Практические занятия по дисциплине «Здоровьесберегающая семейная педагогика» проводятся в форме семинаров, что позволяет студентам привить практические навыки самостоятельной работы с учебной, научной литературой, получить опыт публичных выступлений.

На практических занятиях материал, изложенный на лекциях, кроме устного опроса (вопросы к теме), закрепляется подготовкой доклада по изучаемой теме (примерные вопросы к семинарам), а также обсуждением проблемных вопросов той или иной темы курса.

При подготовке к практическому занятию для студентов очной формы обучения необходимо:

- изучить, повторить теоретический материал по заданной теме;

- изучить материалы и выполнить задания практического занятия по заданной теме.

Для студентов заочной формы обучения для освоения практической части дисциплины предусматривается выполнение контрольной работы.

Программа семинарских занятий по дисциплине

«Здоровьесберегающая семейная педагогика»

Семинар 1. Общие вопросы здоровьесбережения в сфере образования

Вопросы для обсуждения:

Вопрос 1. Общее представление о здоровьесберегающей среде образовательного учреждения.

Вопрос 2. Условия формирования здоровьесберегающей среды образовательного учреждения.

Вопрос 3. «Центр здоровьесберегающей педагогики» школы – основополагающий координационный элемент здоровьесберегающего образовательного учреждения.

Вопрос 4. Здоровьесберегающие средства и технологии в образовательном учреждении.

Вопрос 5. Типовая структура здоровьесберегающей модели образовательного учреждения.

Вопрос 6. Содержание разделов и секторов структуры здоровьесберегающей модели образовательного учреждения.

Вопрос 7. Этапы перехода типового ОУ к статусу «Здоровьесберегающее образовательное учреждение».

Семинар 2. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса

Вопросы для обсуждения:

Вопрос 1. Общее представление о здоровьесберегающих образовательных технологиях.

Вопрос 2. Задачи учителя по реализации здоровъесберегающих технологий.

Вопрос 3. Здоровьеохранные требования к организации урока.

Вопрос 4. Педагогические категории утомления и переутомления учащихся.

Вопрос 5. Педагогические причины и диагностика состояния утомления.

Вопрос 6. Предупреждение состояния утомления в учебной деятельности.

Вопрос 7. Детские неврозы как следствие учебной перегрузки.

Семинар 3. Педагогическая психология здоровья

Вопросы для обсуждения:

Вопрос 1. Предметная область психологии здоровья.

Вопрос 2. Понятие психического и психологического здоровья. Состояние данных показателей у обучающихся.

# Вопрос 3. Понятие социального здоровья и определяющие его факторы.

# Вопрос 4. Влияние социальной среды на уровень здоровья обучающихся.

## Вопрос 5. Педагогическая психология здоровья и ее роль в организации здоровьесберегающей деятельности ОУ.

Вопрос 6. Понятие эмоционально-психологического климата образовательного учреждения и его составляющие.

Вопрос 7. Психологическое сопровождение образовательного процесса.

Вопрос 8. Направления работы школьной психологичес­кой службы.

Семинар 4. Психологические основы здоровьесберегающих педагогических технологий

Вопросы для обсуждения:

Вопрос 1. Предметные области педагогической психогигиены и педагогической психотерапии.

Вопрос 2. Педагогическая психогигиена как механизм реализации задач здоровьесберегающей педагогики.

## Вопрос 3. Влияние латентных психогенных воздействий на здоровье обучающихся.

## Вопрос 4. Факторы психологического портрета учителя, влияющие на состояние здоровья обучающихся.

## Вопрос 5. Характеристика дезадаптационных состояний обучающихся на уроках.

## Вопрос 6. Дидактогении и школьные стрессы.

Вопрос 7. Социально-психологическая адаптация учащихся.

###### Вопрос 8. Классификация методов педагогической психотерапии.

Семинар 5. Санитарно-гигиенические технологии здоровьесбережения

Вопросы для обсуждения:

## Вопрос 1. Предмет и задачи школьной гигиены.

#### Вопрос 2. Гигиеническая оценка воздушно-теплового режима классного помещения.

##### Вопрос 3. Гигиеническая оценка освещенности классного помещения.

#### Вопрос 4. Гигиеническая оценка школьной мебели.

Вопрос 5. Гигиеническая оценка уровня шума в классном помещении.

## Вопрос 6. Общие требования к организации режима дня обучающихся.

## Вопрос 7. Режим школы полного дня.

## Вопрос 8. Рациональная организация урока.

## Вопрос 9. Рациональная организация школьного дня.

Вопрос 10. Современные подходы к гигиенически рациональным характеристикам школьного расписания.

Вопрос 11. Рациональная организация школьной недели, четверти, года. Каникулы.

Семинар 6. Здоровьесберегающие технологии физической культуры и спорта

Вопросы для обсуждения:

### Вопрос 1. Общие вопросы организации физвоспитания в школе.

### Вопрос 2. Задачи физкультурных занятий и средства физического воспитания.

## Вопрос 3. Физиологические критерии отбора физкультурных упражнений в ОУ.

## Вопрос 4. Влияние занятий физической культурой на физическое развитие и состояние здоровья обучающихся.

Вопрос 5. Рациональный двигательный режим.

Вопрос 6. Нормы двигательной активности обучающихся.

#### Вопрос 7. Уроки физкультуры в общеобразовательной школе.

###### Вопрос 8. Занятия малых физкультурных форм в режиме дня школы.

# Вопрос 9. Организация и методика проведения малых физкультурных занятий в режиме дня школы.

## Вопрос 10. Значение внеурочных форм физкультурных занятий для оздоровительной работы в ОУ.

Вопрос 11. Функционирование спортивных секций в ОУ.

Семинар 7. Воспитательные технологии здоровьесбережения

Вопросы для обсуждения:

Вопрос 1. Актуальность организации валеологических аспектов воспитательной работы в системе здоровьесберегающей школы.

# Вопрос 2. Оптимальный двигательный режим обучающихся и проблемы гиподинамии.

Вопрос 3. Правильная осанка.

# Вопрос 4. Правильное дыхание.

Вопрос 5. Основы рационального питания в детском и подростковом возрасте.

## Вопрос 6. Организация рационального питания обучающихся.

Вопрос 7. Профилактика «школьных болезней» и оздоровительный эффект двигательной активности.

Вопрос 8. Профилактика нарушений осанки.

Вопрос 9. Профилактика плоскостопия.

Вопрос 10.Профилактика инфекционных заболеваний.

Вопрос 11. Профилактика близорукости.

Семинар 8. Профилактика употребления психоактивных веществ в здоровьеохранной школе

Вопросы для обсуждения:

Вопрос 1. Актуальность профилактики употребления ПАВ обучающимися.

Вопрос 2. Факторы риска употребления ПАВ в школьном в возрасте.

Вопрос 3. Факторы защиты от употребления ПАВ для обучающихся.

Вопрос 4. Цели и задачи программ профилактики употребления ПАВ в школьном возрасте.

Вопрос 5. Создание антинаркотической среды в образовательном учреждении.

Вопрос 6. Работа с семьей по профилактике употребления ПАВ в среде обучающихся.

**Самостоятельная работа**

Внеаудиторная самостоятельная работа способствуют организации последовательного изучения материала, вынесенного на самостоятельное освоение в соответствии с учебным планом, программой учебной дисциплины/профессионального модуля.

Задачи самостоятельной работы:

- обретение навыков самостоятельной научно-исследовательской работы на основании анализа текстов литературных источников и применения различных методов исследования;

- выработка умения самостоятельно и критически подходить к изучаемому материалу.

Самостоятельная работа (СР) как вид деятельности студента при изучении дисциплины «Здоровьесберегающая семейная педагогика» включает:

- работу с научной, учебной литературой;

- подготовку доклада к практическому занятию;

- выполнение практических заданий;

- более глубокое изучение вопросов, представленных на практических занятиях;

- подготовку к контрольной работе (текущая аттестация);

- подготовку к экзамену (промежуточная аттестация).

Технология СР должна обеспечивать овладение знаниями, закрепление и систематизацию знаний, формирование умений и навыков.

**Работа с литературой**

Работа с учебной и научной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к контрольным работам, подготовке докладов, зачету. Она включает проработку лекционного материала – изучение рекомендованных источников и литературы по тематике занятий.

В процессе работы с литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);

- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, краткое изложение основных мыслей автора);

- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);

- создавать конспекты (развернутые тезисы).

Работу с литературой следует начинать с анализа РПД в которой перечислены основная и дополнительная литература, учебно-методические издания необходимые для изучения дисциплины и работы на практических занятиях. Каждая тема из разделов тематического плана дисциплины и каждый вид занятий (см. раздел «Содержание дисциплины» РПД) снабжен ссылками на источники, что значительно упрощает поиск необходимой информации.

**Подготовка практического задания**

На практических занятиях по дисциплине «Здоровьесберегающая семейная педагогика», предусмотрен такой вид работы как практическое задание по теме (в РПД и ФОС для студентов, обучающихся по очной форме, представлены практические задания).

Содержание практических занятий представлено по темам курса, охватывает все аспекты дисциплины и способствует интеграции знаний и приобретению ключевых компетенций в процессе выполнения.

**Подготовка контрольной работы**

Выполнение контрольной работы по изучаемой дисциплине «Здоровьесберегающая семейная педагогика» является необходимым элементом учебного процесса как способа контроля успеваемости студентов в контрольной точке (текущая аттестация) при подготовке студентов как очной, так и заочной форм обучения по направлению 39.03.02 "Социальная работа".

Основной целью выполнения контрольной работы является развитие мышления, творческих способностей студента, привитие ему первичных навыков самостоятельной работы, связанной с поиском, систематизацией и обобщением материала по дисциплине, а также формирование умений анализировать и критически оценивать исследуемый научный и практический материал в рамках решения предложенных задач.

Контрольная работа представлена по вариантам, номер которого выбирается по последней цифре личного шифра зачетной книжки студента.

В контрольной работе обязательно приводится список использованной литературы.

**Текущая аттестация**

В соответствии с семестровым графиком проведения контрольных точек, в семестре проводится две контрольные точки. Варианты контрольных работ и заданий к ним представлены в ФОС.

Студентам, пропускающим занятия, выдаются дополнительные задания – представить конспект пропущенного занятия с последующим собеседованием по теме занятия.

Оценка дескрипторов компетенций производится путем проверки содержания и качества индивидуальной работы на семинарском занятии, а так же выполнения практического задания, выступление с докладом студентом в соответствии с графиком проведения занятий.

Результаты оценки успеваемости заносятся в рейтинговую ведомость и доводятся до сведения студентов.

Студентам, не получившим зачетное количество баллов по текущему контролю, выдаются дополнительные задания и теоретические вопросы в промежуточную аттестацию.

**Промежуточная аттестация (семестровая)**

Промежуточная (семестровая) аттестация обучающихся по дисциплине «Здоровьесберегающая семейная педагогика» предназначена для оценки степени достижения запланированных результатов обучения по завершению изучения дисциплины в установленной учебным планом форме: сдача экзамена. Примерная тематика вопросов к экзамену представлены в ФОС.

Вопросы к экзамену по дисциплине

«Здоровьесберегающая семейная педагогика»

1. Общее представление о здоровьесберегающей среде образовательного учреждения.

2. Условия формирования здоровьесберегающей среды образовательного учреждения.

3. «Центр здоровьесберегающей педагогики» школы – основополагающий координационный элемент здоровьесберегающего образовательного учреждения.

4. Здоровьесберегающие средства и технологии в образовательном учреждении.

5. Типовая структура здоровьесберегающей модели образовательного учреждения.

6. Содержание разделов и секторов структуры здоровьесберегающей модели образовательного учреждения.

7. Этапы перехода типового ОУ к статусу «Здоровьесберегающее образовательное учреждение».

8. Общее представление о здоровьесберегающих образовательных технологиях.

9. Задачи учителя по реализации здоровъесберегающих технологий.

10. Здоровьеохранные требования к организации урока.

11. Педагогические категории утомления и переутомления учащихся.

12. Педагогические причины и диагностика состояния утомления.

13. Предупреждение состояния утомления в учебной деятельности.

14. Детские неврозы как следствие учебной перегрузки.

15. Предметная область психологии здоровья.

16.Понятие психического и психологического здоровья. Состояние данных показателей у обучающихся.

# 17. Понятие социального здоровья и определяющие его факторы.

# 18. Влияние социальной среды на уровень здоровья обучающихся.

## 19. Педагогическая психология здоровья и ее роль в организации здоровьесберегающей деятельности ОУ.

20. Понятие эмоционально-психологического климата образовательного учреждения и его составляющие.

21. Психологическое сопровождение образовательного процесса.

22. Направления работы школьной психологичес­кой службы.

23. Предметные области педагогической психогигиены и педагогической психотерапии.

24. Педагогическая психогигиена как механизм реализации задач здоровьесберегающей педагогики.

## 25. Влияние латентных психогенных воздействий на здоровье обучающихся.

## 26. Факторы психологического портрета учителя, влияющие на состояние здоровья обучающихся.

## 27. Характеристика дезадаптационных состояний обучающихся на уроках.

## 28. Дидактогении и школьные стрессы.

29. Социально-психологическая адаптация учащихся.

###### 30. Классификация методов педагогической психотерапии.

## 31. Предмет и задачи школьной гигиены.

#### 32. Гигиеническая оценка воздушно-теплового режима классного помещения.

##### 33. Гигиеническая оценка освещенности классного помещения.

#### 34. Гигиеническая оценка школьной мебели.

35. Гигиеническая оценка уровня шума в классном помещении.

## 36. Общие требования к организации режима дня обучающихся.

## 37. Режим школы полного дня.

## 38. Рациональная организация урока.

## 39. Рациональная организация школьного дня.

40. Современные подходы к гигиенически рациональным характеристикам школьного расписания.

41. Рациональная организация школьной недели, четверти, года. Каникулы.

### 42. Общие вопросы организации физвоспитания в школе.

### 43. Задачи физкультурных занятий и средства физического воспитания

## 44. Физиологические критерии отбора физкультурных упражнений в ОУ

## 45. Влияние занятий физической культурой на физическое развитие и состояние здоровья обучающихся

46. Рациональный двигательный режим.

47. Нормы двигательной активности обучающихся.

#### 48. Уроки физкультуры в общеобразовательной школе.

###### 49. Занятия малых физкультурных форм в режиме дня школы.

# 50. Организация и методика проведения малых физкультурных занятий в режиме дня школы.

## 51. Значение внеурочных форм физкультурных занятий для оздоровительной работы в ОУ.

52. Функционирование спортивных секций в ОУ.

53. Актуальность организации валеологических аспектов воспитательной работы в системе здоровьесберегающей школы.

# 54. Оптимальный двигательный режим обучающихся обучающихся и проблемы гиподинамии.

55. Правильная осанка.

# 56. Правильное дыхание.

57. Основы рационального питания в детском и подростковом возрасте.

## 58. Организация рационального питания обучающихся.

59. Профилактика «школьных болезней» и оздоровительный эффект двигательной активности.

60. Профилактика нарушений осанки.

61. Профилактика плоскостопия.

62.Профилактика инфекционных заболеваний.

63. Профилактика близорукости.

64. Актуальность профилактики употребления ПАВ обучающимися.

65. Факторы риска употребления ПАВ в школьном в возрасте.

66. Факторы защиты от употребления ПАВ для обучающихся.

67. Цели и задачи программ профилактики употребления ПАВ в школьном возрасте.

68. Создание антинаркотической среды в образовательном учреждении.

69. Работа с семьей по профилактике употребления ПАВ в среде обучающихся.