

Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС

Юридический факультет

Кафедра физического воспитания и спорта

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ  
ДИСЦИПЛИНЫ**

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В  
ОБРАЗОВАНИИ**

(Б1.В.ДВ.6.3)

**ЗСТВО**

---

*краткое наименование дисциплины*

по специальности

40.05.01 Правовое обеспечение национальной безопасности

специализация: «Гражданско-правовая»

квалификация выпускника: Юрист

форма обучения: очная, заочная

Год набора - 2020

**Автор – составитель:**

Профессор, д.м.н., доцент кафедры физического воспитания и спорта С.В. Казначеев

Новосибирск, 2019 г.

## **1. Цель освоения дисциплины:**

*Сформировать компетенцию в области физической культуры, спорта и здоровье сберегающих технологий, направленных на психофизическую готовность студентов к успешной профессиональной деятельности, посредством участия в групповой работе на основе знания процессов групповой динамики и принципов формирования команды, которое обеспечит готовность к социально-профессиональной деятельности.*

## **2. План курса:**

### Тема 1.1 Здоровьесберегающее образовательное пространство вуза

Теоретические аспекты здоровье сберегающих технологий в образовании. Основы науки о здоровье. Здоровье и факторы их определяющие. Организация и формирование здоровья. Факторы риска возникновения заболеваний. Понятие и структура индивидуального здоровья. Физическое здоровье и его критерии. Здоровье как ценность образования. Содержание факторов влияния здорового образа жизни на профессиональную деятельность личности. Понятие здоровье сберегающих технологий в профессиональном образовании. Анализ учебных занятий с позиции здоровье сбережения. Здоровье сберегающие технологии инклюзивного образования. Санитарно-гигиеническое состояние и санитарно-педагогические требования к образовательным учреждениям. Учебная нагрузка и двигательная активность студентов в вузе. Проблемы осуществления здоровье сберегающей деятельности в вузе. Сущность понятия «здоровье сберегающие образовательные технологии», принципы использования технологий здоровье сбережения. Систематика и взаимосвязь здоровье сберегающих технологий, используемых в образовательных учреждениях. Здоровье сбережение студентов с проблемами в развитии в системе специального образования. Морфофункциональные особенности организма в норме и у лиц с ограниченными возможностями здоровья, классификация нарушений. Специальное образование и здоровье лиц с ОВЗ.

### Тема 1.2. Социально-педагогические факторы здорового образа жизни

Организация жизнедеятельности студентов в вузе в соответствии со здоровым образом жизни. Оптимальный режим труда и отдыха, индивидуальные программы применения различных средств физической культуры, активная мышечная деятельность, физическая нагрузка, закаливание. Процесс познания как совокупность познавательных операций обучающихся. Профилактика вредных привычек. Формирование здоровьесберегающего образовательного пространства учебного учреждения.

#### Тема.2.1. Нетрадиционные оздоровительные технологии

Дыхательная гимнастика. Самомассаж. Гимнастика для глаз. Антистрессовая пластическая гимнастика. Двигательная пластика по методу Слядневой. Танцевально-экспрессивный тренинг. Программа по адаптивной физической культуре для лиц с психосоматическими нарушениями на основе принципов М. Норбекова. Йога, основные элементы. Национальные спортивные и оздоровительные технологии (дартс, питербаскет, хоккей на полу и т.д.). Новые физкультурно-спортивные виды и их характеристика, новые виды спорта союза глухих, среди инвалидов и виды спорта для спортсменов с нарушением ОДА. Кинезиологические методы и упражнения. Упражнения для развития, коррекции и профилактики различных заболеваний.

#### Тема.2.2. Технологии физкультурно — спортивной деятельности.

Классификация и характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности. Гимнастика для лиц с ОВЗ: оздоровительная аэробика, фитбол-аэробика, шейпинг, система специальных упражнений на растягивание Е.И. Зуева и другие. Гидрореабилитация. Особенности занятий при различных заболеваниях (сердечно-сосудистые заболевания, желудочно-кишечного тракта, эндокринных заболеваний, опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, почек и т.д.).

Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов двигательной деятельности в адаптивной физической культуре. Краткая характеристика

профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности в АФК. Сущность и общая характеристика физкультурно-оздоровительных технологии. Организация физкультурно-оздоровительной работы в учебном заведении. Двигательная активность и психофизиологическое состояние студента. Понятие «игровые технологии», влияние игровых технологий на состояние здоровья. Обоснование оптимальных физических нагрузок и их направленное воздействие на деятельность центральной нервной, сердечно-сосудистой и дыхательных систем. Методы стимулирования на учебных занятиях в вузе. Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте (в параолимпийском, сурдлимпийском и специальном олимпийском движениях).

### 3. Формы текущего контроля и промежуточной аттестации

#### Для проведения занятий по очной форме обучения

Таблица 1.

Тема (раздел)		Методы текущего контроля успеваемости
Тема 1.1	Здоровье сберегающее образовательное пространство вуза	Письменный ответ на вопросы Письменная лабораторная работа
Тема 1.2	Социально-педагогические факторы здорового образа жизни	Устный ответ на вопросы
Тема 2.1	Нетрадиционные оздоровительные технологии	Устный ответ на вопросы
Тема 2.2	Технологии физкультурно — спортивной деятельности	Устный ответ на вопросы. Письменная лабораторная работа

*Форма промежуточной аттестации – зачет.*

### 4. Основная литература.

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.П. Евсеев [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Москва : Советский спорт, 2014. — 304 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40766>, требуется авторизация (дата обращения: 19.02.2016). – Загл. с экрана.

2. Бомин, В.А. Здоровьесберегающие технологии в сохранении и формировании здоровья студентов [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / В.А. Бомин, К.В. Сухина. — Электрон. текстовые данные. — Иркутск : Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, Иркутская государственная сельскохозяйственная академия, 2011. — 156 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15684>, требуется авторизация (дата обращения: 19.02.2016). – Загл. с экрана.

3. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учеб. пособие для студентов вузов, изучающих дисциплину «Физ. Культура», кроме направлений и специальностей в области физ. культуры и спорта / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. - Москва : КноРус, 2012. - 238 с