



Программу составил(-и): к.пед.н., доцент, Авдеева Л.Н.

Рабочая программа дисциплины "Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании" разработана в соответствии с ФГОС: Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (приказ Минобрнауки

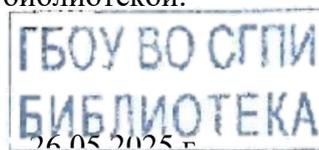
Рабочая программа дисциплины составлена на основании учебного плана: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного учёным советом вуза от 25.04.2024, протокол № 4.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры теории, истории общей педагогики и социальных практик от 26.05.2025 г., протокол № 12 для исполнения в 2025-2026 учебном году.

Зав. кафедрой  А.В. Шумакова

Рабочая программа дисциплины согласована с заведующим библиотекой.

Зав. библиотекой  Фролова Т.А.



Срок действия рабочей программы дисциплины: 2025-2026 учебный год.

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины: формирование у студентов универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в области здоровьесбережения, а также представлений о сущности и особенностях использования здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании.

## 2. ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Задачи дисциплины:

1. Развивать умения студентов в области рационального использования времени и других ресурсов в процессе учебной деятельности.
2. Расширять знания в области понимания оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений и использования их в дошкольном образовании.
3. Совершенствовать умения студентов по применению здоровьесберегающих технологий в организованной образовательной деятельности дошкольных учреждений.

## 3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП: Б1.О.06

### 3.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Безопасность жизнедеятельности

Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Легкая атлетика

Общая физическая подготовка

Основы военной подготовки

Основы медицинских знаний

Основы педиатрии и гигиена детей раннего возраста

Особенности физического воспитания и укрепления здоровья дошкольников с ОВЗ

Педагогика

Психология

Учебная (ознакомительная) практика 3

Учебная (технологическая (проектно-технологическая)) практика 1

Физическая культура для студентов специальной медицинской группы

Физическая культура и спорт

### 3.2. Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Интеграция и обучение детей с опытом миграции

## 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-	ПК-5 .3 Применяет здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе
выстраивать и реализовывать траекторию	УК-6.4 Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для	УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

знать:	уметь:	владеть:
- меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном	- использовать здоровьесберегающие технологии в учебном процессе; - оказывать первую доврачебную	- применения здоровьесберегающих технологий в учебном процессе;

процессе; - правила оказания первой доврачебной помощи обучающимся; - психолого-педагогические технологии; - уровни сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; - технологию здорового образа жизни и здоровьесбережения.	помощь обучающимся; - отбирать психолого-педагогические технологии; - использовать знания технологии здорового образа жизни и здоровьесбережения.	- оказания первой доврачебной помощи обучающимся; - психолого-педагогической технологией; - определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; - определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; - использования технологии здорового образа жизни и здоровьесбережения.
--	---	--

### 5. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные (-ых) единицы (-ы) (108), включая промежуточную аттестацию.

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	9 (5.1)		Итого	
	13 3/6			
Неделя	УП	РП	УП	РП
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	22	22	22	22
Практические	32	32	32	32
Консультации	1	1	1	1
Контактная работа (Эк, Зч, ЗчО)	0,5	0,5	0,5	0,5
Итого ауд.	54	54	54	54
Контактная работа	55,5	55,5	55,5	55,5
Сам. работа	35	35	35	35
Часы на контроль	17,5	17,5	17,5	17,5
Итого	108	108	108	108

### 6. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО РАЗДЕЛАМ (ТЕМАМ) И ВИДАМ ЗАНЯТИЙ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1. Общие основы здоровьесберегающих технологий.					
1.1	Тема 1.1. Предмет и задачи науки о здоровье. /Тема/	9	0			
1.2	/Лек/	9	2	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
1.3	/Пр/	9	4	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
1.4	/Ср/	9	6	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		

1.5	Тема 1.2. Культура здоровья как неотъемлемая часть общей и педагогической культуры. /Тема/	9	0			
1.6	/Лек/	9	2	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
1.7	/Пр/	9	2	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
1.8	/Ср/	9	4	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
1.9	Тема 1.3. Сущность и характеристика здоровьесберегающих технологий. /Тема/	9	0			
1.10	/Лек/	9	4	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
1.11	/Пр/	9	4	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
1.12	/Ср/	9	6	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
1.13	Тема 1.4. Здоровьесберегающие технологии В.Ф. Базарного. /Тема/	9	0			
1.14	/Лек/	9	2	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
1.15	/Пр/	9	4	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
1.16	/Ср/	9	6	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
	Раздел 2. Раздел 2. Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании.					
2.1	Тема 2.1. Основы использования здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании. /Тема/	9	0			
2.2	/Лек/	9	4	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
2.3	/Пр/	9	6	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		

2.4	/Ср/	9	4	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
2.5	Тема 2.2. Здоровьесберегающее образовательное пространство ДОО. /Тема/	9	0			
2.6	/Лек/	9	4	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
2.7	/Пр/	9	6	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
2.8	/Ср/	9	4	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
2.9	Тема 2.3. Педагогическая система действий по развитию культуры здоровья дошкольников. /Тема/	9	0			
2.10	/Лек/	9	4	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
2.11	/Пр/	9	6	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
2.12	/Ср/	9	5	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
2.13	/КПА/	9	0,5	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
2.14	/Конс/	9	1	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		
2.15	/Экзамен/	9	17,5	УК-6.4 УК-7.1 ПК-5.3		

Планы проведения учебных занятий отражены в оценочных материалах (Приложение 2.).

## 7. КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

Уровень сформированности компетенции			
не сформирована	сформирована частично	сформирована в целом	сформирована полностью
«Не зачтено»	«Зачтено»		

«Неудовлетворительно»	«Удовлетворительно»	«Хорошо»	«Отлично»
<b>Описание критериев оценивания</b>			
<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- существенные пробелы в знаниях учебного материала;</li> <li>- допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий;</li> <li>- непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета;</li> <li>- отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины;</li> <li>- отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.</li> </ul>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знания теоретического материала;</li> <li>- неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов;</li> <li>- неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы;</li> <li>- недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> <li>- умение без грубых ошибок решать практические задания.</li> </ul>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала;</li> <li>- твердые знания теоретического материала.</li> <li>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития;</li> <li>- правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы;</li> <li>- умение решать практические задания, которые следует выполнить;</li> <li>- владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> </ul> <p>Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.</p>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала;</li> <li>- полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий;</li> <li>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории;</li> <li>- логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора;</li> <li>- умение решать практические задания;</li> <li>- наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам;</li> <li>- свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.</li> </ul>
<b>8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ</b>			

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности: поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с

конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками и др. источниками информации (конспектирование); составление плана и тезисов ответа; подготовка реферата; выполнение творческих заданий и проблемных ситу-аций; подготовка к коллоквиуму, собеседованию, практическим занятиям; подготовка к зачету и экзамену.

## 9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### 9.1. Рекомендуемая литература

#### 9.1.1. Основная литература

Л.1.1	Акимова Л. А. Здоровьесберегающие технологии [Электронный ресурс]:. - Оренбург: ОГПУ, 2017. - 247 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/102254">https://e.lanbook.com/book/102254</a>
Л.1.2	Зизикова С. И. Физкультурные образовательные технологии [Электронный ресурс]:учебно-методическое пособие. - Казань: Поволжский ГУФКСиТ, 2021. - 176 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/198674">https://e.lanbook.com/book/198674</a>
Л.1.3	Галанова М. А. Педагогические технологии [Электронный ресурс]:учеб.-метод. пособие. - Уфа: БГПУ имени М. Акмуллы, 2009. - 104 с. – Режим доступа: <a href="http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=42272">http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=42272</a>
Л.1.4	Цибулькинова В. Е. Образовательные системы и педагогические технологии [Электронный ресурс]:учебно-методический комплекс дисциплины. - Москва: МПГУ, 2016. - 52 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/106070">https://e.lanbook.com/book/106070</a>
Л.1.5	Гришина Т. С., Зыкова Н. Ю. Педагогические технологии [Электронный ресурс]:учебное пособие. - Воронеж: ВГИФК, 2019. - 150 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/140369">https://e.lanbook.com/book/140369</a>
Л.1.6	Швец И. М., Левина Л. М., Марико В. В., Грудзинская Е. Ю. Современные педагогические технологии в контексте ФГОС третьего поколения [Электронный ресурс]:методическое пособие для преподавателей вузов. - Нижний Новгород: ННГУ им. Н. И. Лобачевского, 2010. - 127 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/152881">https://e.lanbook.com/book/152881</a>

#### 10.1 Интернет-ресурсы (базы данных, информационно-справочные системы и др.)

ЭБС «Лань»	<a href="https://e.lanbook.com">https://e.lanbook.com</a>
Национальная электронная библиотека (НЭБ)	<a href="https://rusneb.ru">https://rusneb.ru</a>
ЭБС «Юрайт»	<a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>
ЭБС «Журнальный зал»: русский толстый журнал как эстетический феномен	<a href="https://magazines.gorky.media">https://magazines.gorky.media</a>
«Электронная библиотека ИМЛИ РАН»	<a href="http://biblio.imli.ru">http://biblio.imli.ru</a>
«Электронная библиотека ИРЛИ РАН» (Пушкинский Дом)	<a href="http://lib.pushkinskijdom.ru">http://lib.pushkinskijdom.ru</a>
Научный архив	<a href="https://научныйархив.рф">https://научныйархив.рф</a>
ЭБС «Педагогическая библиотека»	<a href="http://pedlib.ru">http://pedlib.ru</a>
ЭБС «Айбукс.ру»	<a href="https://www.ibooks.ru">https://www.ibooks.ru</a>
Научная электронная библиотека eLibrary.ru	<a href="https://elibrary.ru">https://elibrary.ru</a>
ЭБС Буконлайн	<a href="https://bookonline.ru">https://bookonline.ru</a>
Научная электронная библиотека «Киберленинка»	<a href="https://cyberleninka.ru/">https://cyberleninka.ru/</a>
Государственная публичная научно-техническая библиотека России. Ресурсы открытого доступа	<a href="http://www.gpntb.ru/elektronnye-resursy-udalennogo-dostupa/1874-1024.html">http://www.gpntb.ru/elektronnye-resursy-udalennogo-dostupa/1874-1024.html</a>
Библиотека академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа	<a href="http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php">http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php</a>

#### 10.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Университетская информационная система РОССИЯ	<a href="https://uisrussia.msu.ru">https://uisrussia.msu.ru</a>
Единое окно доступа к образовательным ресурсам	<a href="http://window.edu.ru/catalog">http://window.edu.ru/catalog</a>
Словари и энциклопедии	<a href="https://dic.academic.ru">https://dic.academic.ru</a>
Педагогическая мастерская «Первое сентября»	<a href="https://fond.1sept.ru">https://fond.1sept.ru</a>
Сайт Единой коллекции цифровых образовательных ресурсов	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Национальная платформа «Открытое образование»	<a href="https://openedu.ru">https://openedu.ru</a>
Портал «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов»	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Российское образование. Федеральный портал	<a href="http://edu.ru">http://edu.ru</a>
Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования	<a href="http://fgosvo.ru">http://fgosvo.ru</a>
Единая цифровая коллекция первоисточников научных работ удостоверенного качества «Научный архив»	<a href="https://научныйархив.рф">https://научныйархив.рф</a>
Портал проекта «Современная цифровая образовательная среда в РФ»	<a href="https://online.edu.ru">https://online.edu.ru</a>

#### **10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, укомплектованных типовой мебелью для обучающихся и преподавателя, техническими и мультимедийными средствами обучения, включенными в локальную сеть вуза и с доступом к информационным ресурсам сети Интернет.

Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.

Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение:

1. Пакет программного обеспечения общего назначения Microsoft Office (MS Word, MS Microsoft Excel, MS PowerPoint).
2. Adobe Acrobat Reader.
3. Браузер (Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome, Opera и др.).
4. Программа тестирования Айрен.