

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

**Б1.В.ДВ.04.01**  
(индекс дисциплины)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Формирование основ здорового образа жизни у детей  
с ограниченными возможностями здоровья**

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки  
44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование

направленность (профиль)  
Дошкольная дефектология

Форма обучения: заочная

Год набора: 2021

Общая трудоемкость: 3 ЗЕ

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр	9	Итого
Форма контроля	зачет	
Вид занятий		
Лекции	4	4
Лабораторные		
Практические	6	6
Руководство: курсовые работы (проекты)		
Промежуточная аттестация	0,25	0,25
Контактная работа	10,25	10,25
Самостоятельная работа	94	94
Контроль	3,75	3,75
<b>Итого</b>	<b>108</b>	<b>108</b>

Рабочую программу составил(и):

Доцент, доцент, канд.пед.наук Ошкина А.А.

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

---

Рецензирование рабочей программы дисциплины:

☐

\*

Отсутствует

☐

Рецензент

---

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование

**Срок действия рабочей программы дисциплины до «31» августа 2026 г.**

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

---

(протокол заседания № 2 от «01» сентября 2020 г.).

### 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – формирование у студентов профессиональной компетенции в области организации формирования основ здорового образа жизни у детей с нарушениями в развитии, практической готовности к решению профессиональных педагогических задач в сфере специального образования.

### 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется данная дисциплина: «Специальная детская психология», «Специальная дошкольная педагогика», «Методика физического воспитания дошкольников с ограниченными возможностями здоровья».

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: знания, умения, навыки, приобретаемые в результате изучения курса необходимы в процессе выполнения студентами научно-исследовательской работы и для осуществления будущей профессиональной деятельности.

### 3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
ПК-2 Способен разрабатывать программно-методическое обеспечение образовательных программ и программ коррекционной помощи для дошкольников с ОВЗ	ПК-2.1 Разрабатывает структурные компоненты образовательных программ обучения, воспитания, коррекции нарушений развития, социальной адаптации с учетом особых образовательных потребностей, индивидуальных особенностей обучающихся с нарушениями	Знать: - возрастные и психофизиологические особенности формирования основ здорового образа жизни у детей с нарушениями в развитии
		Уметь: - разрабатывать содержание процесса формирования здорового образа жизни в соответствии с типом нарушения у ребенка
		Владеть: - способами планированию, организации процесса формирования здорового образа жизни у детей с нарушениями в развитии; - способами отбора форм, методов и средств формирования основ здорового образа жизни у детей в соответствии с

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		психофизиологическими возможностями детей с нарушениями в развитии.
	ПК-2.2 Отбирает и применяет в образовательном процессе современные образовательные и коррекционно-развивающие дидактические средства, современные образовательные технологии реализации содержания адаптированных образовательных программ, с учетом особых образовательных потребностей, индивидуальных особенностей различных категорий детей с нарушениями	Знать: - образовательные программы по формированию здорового образа жизни у дошкольников;
		Уметь: - разрабатывать методическое обеспечение процесса формирования здорового образа жизни у детей в соответствии с нарушением в развитии
		Владеть: - способами отбора форм, методов и средств формирования основ здорового образа жизни у детей в соответствии с психофизиологическими возможностями детей с нарушениями в развитии.
	ПК-2.3 Проектирует содержание, формы взаимодействия со специалистами, осуществляющими комплексное сопровождение дошкольников с ограниченными возможностями здоровья в рамках реализации адаптированных образовательных программ	Знать: - возрастные и психофизиологические особенности формирования основ здорового образа жизни у детей с нарушениями в развитии
		Уметь: - разрабатывать формы взаимодействия специалистов по реализации содержания процесса формирования здорового образа жизни в соответствии с типом нарушения у ребенка
		Владеть: - способами планированию, организации процесса формирования здорового образа жизни у детей с нарушениями в развитии; - способами отбора форм, методов и средств

<b>Формируемые и контролируемые компетенции</b> (код и наименование)	<b>Индикаторы достижения компетенций</b> (код и наименование)	<b>Планируемые результаты обучения</b>
		формирования основ здорового образа жизни у детей в соответствии с психофизиологическими возможностями детей с нарушениями в развитии
	ПК-2.4 Оформляет программно-методическую, отчетную и др. документацию в соответствии с регламентами профессиональной деятельности	Знать: - структуру образовательной деятельности по формированию ЗОЖ у дошкольников с ОВЗ
		Уметь: - оформлять конспекты образовательной деятельности по формированию ЗОЖ
		Владеть: - навыками написания конспектов разных видов деятельности по формированию ЗОЖ у дошкольников

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Теоретически е основы формирования основ ЗОЖ у детей с нарушениями в развитии	Лек	Тема 1. Теоретические подходы к формированию основ здорового образа жизни у дошкольников	9	2			Тест
	Лек	Тема 2. Модель формирования здорового образа жизни у детей с нарушением в развитии	9	2			Тест
	Ср	Тема 3. Условия формирования здорового образа жизни у детей с нарушениями в развитии	9	10			Тест
	Ср	Тема 4. Деятельностный подход к формированию ЗОЖ у детей	9	10			Задание, проверяемое вручную 1
	Ср	Самостоятельная работа по разделу		2			Тест
Технологиче- ские основы формирования основ ЗОЖ у детей с нарушениями в развитии	Ср	Тема 5. Формирование основ ЗОЖ у детей с ЗПР	9	10			
	Пр	Тема 6. Проектирование процесса формирования основ ЗОЖ у детей с ЗПР	9	2			Задание, проверяемое вручную 2
	Ср	Тема 7 Формирование основ ЗОЖ у детей с нарушением зрения	9	10			
	Пр	Проектирование процесса формирования основ ЗОЖ у детей с нарушением зрения	9	2			Задание, проверяемое вручную 3
	Ср	Тема 8. Формирование основ ЗОЖ у детей с нарушением слуха	9	10			
	Пр	Тема 9. Проектирование процесса формирования основ ЗОЖ у детей с	9	2			Задание, проверяемое

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
		нарушением слуха					вручную 4
	Ср	Тема 10. Формирование основ ЗОЖ у детей с нарушениями ОДА	9	10			
	Пр	Тема 11. Проектирование процесса формирования основ ЗОЖ у детей с нарушением ОДА	9	2			Задание, проверяемое вручную 5
	Ср	Тема 12. Современные подходы к сотрудничеству с родителями в рамках здоровьесбережения детей	9	10			Задание, проверяемое вручную 6
	Ср	Тема 13. Моделирование здоровьесберегающей предметно-пространственной среды образовательного учреждения	9	12			Задание, проверяемое вручную 7
	Ср	Тема 14. Подходы к диагностике ЗОЖ у детей	9	10			Тест
	ПА	Промежуточная аттестация	9	0,3			
<b>Итого:</b>				<b>108</b>			

## **5. Образовательные технологии**

В процессе изучения дисциплины используется технология дистанционного обучения.

## **6. Методические указания по освоению дисциплины**

При подготовке к ответам на тесты по темам дисциплины и выполнению типовых заданий, проверяемых вручную, студенту необходимо тщательно изучить предлагаемые учебные материалы электронных ресурсов.

Студент самостоятельно работает с дополнительной и основной литературой, интернет-ресурсами.

При необходимости студент может задать вопросы преподавателю через комментарии в заданиях.

Разместить на личной странице курса выполненные задания для проверки преподавателем.

После изучения курса выполнить итоговый тест.



## 7. Оценочные средства

### 7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
9	ПК-2	Тестовые задания № 1-100 Вопросы к зачету № 1-40 Задания, проверяемые вручную

### 7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

#### 7.2.1. Разноуровневые задания (наименование оценочного средства)

##### 1. Задание (я):

- Разноуровневое задание 1. Разработка форм, методов и приемов работы по темам здорового образа жизни. К теме «Деятельностный подход к формированию ЗОЖ у детей».
- Разноуровневое задание 2. Разработка плана реализации здоровьесберегающих задач в образовательной деятельности с детьми с ЗПР. К теме «Проектирование процесса формирования основ ЗОЖ у детей с ЗПР».
- Разноуровневое задание 3. Разработка плана реализации здоровьесберегающих задач в образовательной деятельности с детьми с нарушением зрения к теме «Проектирование процесса формирования основ ЗОЖ у детей с нарушением зрения».
- Разноуровневое задание 4. Разработка плана реализации здоровьесберегающих задач в образовательной деятельности с детьми с нарушением слуха к теме «Проектирование процесса формирования основ ЗОЖ у детей с нарушением слуха».
- Разноуровневое задание 5. Разработка плана реализации здоровьесберегающих задач в образовательной деятельности с детьми с нарушением ОДА к теме «Проектирование процесса формирования основ ЗОЖ у детей с нарушением ОДА».
- Разноуровневое задание 6. Разработка конспекта работы с родителями к теме «Современные подходы к сотрудничеству с родителями в рамках здоровьесбережения детей».
- Разноуровневое задание 7. Разработка содержания предметно-пространственной среды образовательной организации к теме «Моделирование здоровьесберегающей предметно-пространственной среды образовательного учреждения».

##### 2. Критерии оценки:

- Отлично* – разработанный конспект соответствует 4 требованиям;
- Хорошо* – разработанный конспект соответствует 4 требованиям, присутствуют небольшие неточности в использовании методов решения задач;
- Удовлетворительно* – разработанный конспект соответствует 3 требованиям;
- Неудовлетворительно* – разработанный конспект формально соответствует требованиям.

#### 7.2.3. Тестовые задания

1. Данный принцип формирования здорового образа жизни у дошкольников предполагает поэтапный, регулярный характер осуществления процесса, формирование целостной концепции в отношении здоровья, овладение необходимыми для ведения здорового образа жизни знаниями и навыками.

- ☉ Принцип последовательности и системности

- Принцип возрастного соответствия
- Принцип альтернативности

2. Данный принцип формирования здорового образа жизни у дошкольников предполагает связь теории и практики, перевод знаний из потенциального состояния в действенное, для чего необходимо изучение материала, максимально приближенного к реальной жизни ребенка, к тем жизненным ситуациям, с которыми он сталкивается ежедневно.

- Принцип последовательности и системности
- Принцип возрастного соответствия
- ☉ Принцип связи знаний с практической деятельностью и поведением

3. С целью формирования целостного представления у дошкольников о здоровом образе жизни целесообразно в предметно-пространственной среде группы детского сада организовать:

- Интегрированные центры видов деятельности
- Двигательный уголок
- ☉ Центр здоровья

4. Кем установлено, что наибольшее влияние на здоровье дошкольников оказывают такие факторы риска со стороны семьи, как: общий низкий образовательный уровень родителей; неудовлетворительные материально-бытовые условия (проживание в общежитии, коммунальной квартире, нерациональное питание детей, использование общественного транспорта по дороге в дошкольные учреждения, отсутствие летнего отдыха с выездом из города и др.); факторы образа жизни семьи (низкая физическая активность семьи, нерегулярность прогулок детей, их продолжительность менее двух часов, отсутствие закаливания, искусственное вскармливание, отсутствие дневного сна).

- Ю.Ф. Змановский
- ☉ Т.С. Грядкина
- В.А. Деркунская

5. По мнению \_\_\_\_\_, содержательную сторону традиций приобщения ребенка к здоровому образу жизни в семье определяют различные его формы: организация условий жизни; физические упражнения; физкультурно-оздоровительные мероприятия; организация семейного досуга; способы и приемы формирования у подрастающего поколения мотивации к здоровому образу жизни.

- ☉ Ю.Ф. Змановского
- Т.С. Грядкиной
- В.А. Деркунской

**Процедура оценивания – автоматизированная.**

**Банк тестовых заданий размещен на Образовательном портале ТГУ или в системе электронного обучения «Moodle».**

### 7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

#### 7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации

Семестр 9

№ п/п	Вопросы к зачету
1	Сущностная характеристика понятия «здоровья»
2	Характеристика общих факторов, влияющих на здоровье человека.
3	Характеристика факторов образовательной среды (группа гигиенических факторов), влияющих на здоровье.
4	Характеристика факторов образовательной среды (группа организационно-управленческие факторов), влияющих на здоровье
5	Характеристика факторов образовательной среды (группа психолого-педагогических факторов), влияющих на здоровье
6	Здоровый образ жизни человека и его элементы.
7	Особенности здорового образа жизни дошкольника с нарушениями в развитии
8	Показатели и критерии здоровья ребенка
9	Физическое здоровье ребенка, его характеристика
10	Психологическое здоровье ребенка, его характеристика
11	Социальное здоровье ребенка, его характеристика
12	Механизм формирования здорового образа жизни дошкольников с нарушениями в развитии.
13	Психологические основы формирования здорового образа жизни дошкольников с нарушениями в развитии
14	Двигательная деятельность и ее роль для здоровья ребенка
15	Режим дня и его роль для здоровья ребенка
16	Рациональное питание и его роль для здоровья ребенка
17	Формирование культурно-гигиенических навыков в дошкольном возрасте – как элемента ЗОЖ
18	Формирование психоэмоциональной регуляции у детей
19	Формирование у детей представлений о профилактике заболеваний и оказании первой помощи
20	Организация закаливания детей дошкольного возраста
21	Методы и приемы формирования у детей с нарушениями в развитии основ здорового образа жизни
22	Интерактивные технологии в формировании здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
23	Кейс-технологии в формировании здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
24	Особенности организации игровой деятельности с целью формирования здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
25	Особенности организации коммуникативной деятельности с целью формирования здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
26	Особенности организации познавательно-исследовательской деятельности с целью формирования здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
27	Особенности организации чтения художественной литературы с целью формирования здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в

	развитии
28	Особенности организации изобразительной деятельности с целью формирования здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
29	Особенности организации музыкальной деятельности с целью формирования здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
30	Особенности организации двигательной деятельности с целью формирования здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
31	Особенности организации продуктивных видов деятельности с целью формирования здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
32	Предметно-пространственная среда как условие формирования здорового образа жизни у детей
33	Сотрудничество образовательного учреждения и семьи как условие формирования здорового образа жизни у детей
34	Формы и методы работы с родителями с высоким уровнем здоровьесберегающей компетентности с целью формирования здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
35	Формы и методы работы с родителями со средним уровнем здоровьесберегающей компетентности с целью формирования здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
36	Формы и методы работы с родителями с низким уровнем здоровьесберегающей компетентности с целью формирования здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
37	Модель формирования здорового образа жизни у дошкольников с нарушениями в развитии
38	Особенности формирования здорового образа жизни у дошкольников с двигательными, сенсорными и интеллектуальными нарушениями.
39	Профессиональная компетентность педагогов как условие формирования у детей здорового образа жизни
40	Диагностика сформированности здорового образа жизни у детей с нарушениями в развитии

### 7.3.2. Критерии и нормы оценки

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
9	Зачет (тест + накопительный рейтинг)	«зачтено»	От 40 до 100 баллов
		«не зачтено»	До 40 баллов

## 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 8.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Борисова М. М.	Воспитатель в дошкольных образовательных организациях: физическое воспитание дошкольников	Учебное пособие	2020	ЭБС "ZNANIUM.COM"
2	Абаскалова Н. П.	Физиологические основы здоровья	Учебное пособие	2020	ЭБС "ZNANIUM.COM"
3	Прохорова Э. М.	Валеология	Учебное пособие	2018	ЭБС "ZNANIUM.COM"
4	Вайнер Э. Н.	Валеология	Учебное пособие	2018	ЭБС "Лань"

### 8.2. Дополнительная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Бенилова С. Ю.	Дошкольная дефектология	Учебное пособие	2012	ЭБС "IPRbooks"
2	Пискунов В. А.	Здоровый образ жизни	Учебное пособие	2012	ЭБС "IPRbooks"
3	Гончарова В. Г.	Комплексное медико-психолого-педагогическое сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях непрерывного инклюзивного образования	Учебное пособие	2014	ЭБС "ZNANIUM.COM"

### 8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

– Web of Science [Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: Clarivate Analytics, 2016. – Режим доступа : apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.

– Scopus [Электронный ресурс] : реферативная база данных. – Netherlands: Elsevier, 2004. – Режим доступа : scopus.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.

– Elibrary [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000. – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.

### 8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows	договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия – бессрочно
2	OfficeStandart	договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия – бессрочно договор № 727 от 20.07.2016г., срок действия – бессрочно

### 8.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1	Аудитория вебконференций (УЛК-807)	Экран телевизионный, ширма, прожектор на штативе. Стол преподавательский, стул преподавательский. Транспарант-перетяжка, системный блок.
2	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для проведения лабораторных работ. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. (УЛК-808)	Переносной проектор, экран, столы ученические, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (маркерная), компьютер с выходом в Интернет.
3	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для проведения лабораторных работ. Учебная аудитория для практических занятий. Учебная аудитория для выполнения	Стол ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет.

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
	учебных, курсовых и дипломных работ. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы. (У-213)	