


МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Горно-Алтайский государственный университет»
(ФГБОУ ВО ГАГУ, ГАГУ Горно-Алтайский государственный университет)

Психолого-педагогический факультет
Кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности
жизнедеятельности

Утверждено на Ученом совете
психолого-педагогического
факультета


И.А. Таскина
20 октября 2022г. протокол № 2

**Программа междисциплинарного вступительного экзамена
в магистратуру**

44.04.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль)
Здоровьесберегающие технологии в образовании
Форма обучения заочная

Содержание

1. Общие положения, регламентирующие порядок проведения вступительного экзамена в магистратуру по направлению 44.04.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) Здоровьесберегающие технологии в образовании, требования к уровню подготовки бакалавров и специалистов, необходимому для освоения программы магистров.
2. Критерии оценки ответов при проведении вступительного экзамена в магистратуру. Формы проведения вступительного экзамена.
3. Структура вступительного экзамена по направлению 44.04.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) Здоровьесберегающие технологии в образовании. Наименование дисциплин. Литература

1. Общие положения, регламентирующие порядок проведения вступительного экзамена в магистратуру по направлению 44.04.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) Здоровьесберегающие технологии в образовании, требования к уровню подготовки бакалавров и специалистов, необходимому для освоения программы магистров.

При составлении программы вступительного экзамена в магистратуру «ФГБОУ ВО «Горно-Алтайский государственный университет» по направлению подготовки магистров 44.04.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) Здоровьесберегающие технологии в образовании учитывались требования к уровню подготовки бакалавров и специалистов, необходимому для освоения программы магистров.

Программа включает содержание профилирующих учебных дисциплин, входящих в основную образовательную программу высшего образования, по которой осуществляется подготовка студентов, в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта.

Поступающий в магистратуру должен показать высокий уровень практического и теоретического владения материалом вузовского курса.

Вступительный экзамен проводится в форме междисциплинарного экзамена, который включает в себя основные вопросы по дисциплинам направления «Педагогическое образование». Вступительное испытание в магистратуру проводится с целью выявления готовности выпускника к дальнейшему обучению в магистратуре. В процессе экзамена оценивается знание будущим магистрантом теоретического и практического материала по здоровому образу жизни. Экзамен проводится в устной форме – обсуждение тем и разделов, ответы на вопросы в соответствии с представленной программой. Знания абитуриента оцениваются по 100-балльной шкале.

Сдача вступительных испытаний проводится на открытых заседаниях экзаменационной комиссии с участием не менее трех человек. В состав комиссии, принимающей экзамен по направлению, входит не менее трех преподавателей выпускающей кафедры, а также ответственный секретарь приемной комиссии. Время подготовки для устного ответа составляет не более 45 минут. Результаты вступительных испытаний определяются по 100 балльной системе и объявляются после оформления в установленном порядке протоколов заседаний экзаменационной комиссии. Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта.

2. Критерии оценки ответов при проведении вступительного экзамена в магистратуру. Формы проведения вступительных испытаний.

Ответ на вступительном экзамене в магистратуру оценивается на закрытом заседании приемной комиссии простым большинством голосов членов комиссии.

Критериями оценки знаний являются: уровень знаний, системность ответа, логика изложений, полнота ответа и примеры из практики. Результаты экзамена оцениваются по 100-балльной шкале.

При определении оценки качества знаний студентов комиссия руководствуется следующими критериями:

«Отлично» – 100-90 – выставляется абитуриенту, давшему обоснованные, глубокие и теоретически правильные ответы на вопросы экзаменационного билета, показавшему систематическое и глубокое знание учебного материала, предусмотренного программой; усвоившему основную литературу по специальности; усвоившему взаимосвязь основных понятий изученных дисциплин, свободно владеющему терминологией.

«Хорошо» – 90-80 – выставляется абитуриенту, показавшему полное знание учебного материала, предусмотренного программой вступительного экзамена; усвоившему основную литературу по специальности, но им допущены незначительные ошибки в определении терминов и категорий. Объем правильных ответов составляет 70-80 %.

«Удовлетворительно» – 80-60 – выставляется абитуриенту, неправильно ответившему на один вопрос или давшему на все вопросы необоснованные, неполные ответы, показавшему пробелы в знании основного материала, предусмотренного программой государственного экзамена. Объем правильных ответов составляет 60 %.

«Неудовлетворительно» – менее 60 – выставляется абитуриенту, показавшему значительные пробелы в знании основного материала, предусмотренного программой междисциплинарного экзамена, а также допустившему принципиальные ошибки; не обладающему необходимыми знаниями для их самостоятельного устранения, абитуриент дает неправильные ответы на теоретические вопросы. Совокупный объем правильных ответов менее 60 %.

3. Структура вступительного экзамена по направлению 44.04.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) Здоровьесберегающие технологии в образовании. Наименование дисциплин. Литература.

Вступительный экзамен имеет междисциплинарный характер и включает основные дисциплины: Культура здоровья, Возрастная анатомия, физиология и гигиена, Организация оздоровительной работы, Профилактика вредных привычек, Здоровьесберегающая педагогика.

Культура здоровья

Определение понятия здоровье. Уровни здоровья. Общественное здоровье и его показатели. Индивидуальное здоровье и его показатели. Здоровье как государственная задача. Здоровье как личная потребность человека. Факторы, влияющие на здоровье человека. Генетические факторы. Состояние окружающей среды. Медицинские факторы. Условия и образ жизни. Образ жизни. Уровень жизни. Качество жизни. Стиль жизни. Здоровый образ жизни. Составляющие здорового образа жизни. Мотивации здоровья и здорового образа жизни. Здоровый образ жизни и личная безопасность.

Медико-гигиенические аспекты культуры здоровья. Определение понятия профилактика. Виды профилактики. Роль учителя в профилактике заболеваний учащихся. Основные понятия иммунологии. Понятие об иммунитете и его видах. Понятие о дезинфекции, ее видах и способах. Профилактика инфекционных заболеваний в школе. Культура эмоций. Культура питания. Физическая культура и здоровье. Физическая культура в молодом возрасте. Физическая культура в пожилом возрасте. Критерии хорошей физической формы. Выбор индивидуальной программы физической нагрузки. Рекомендации по поддержанию физической формы. Режим труда и отдыха. Биологические часы. Биологические ритмы и здоровье человека. Работа и усталость. Рациональная организация учебной деятельности.

Семья и репродуктивное здоровье человека. Семья и ее функции. Правовые, экономические и психофизиологические аспекты взаимоотношений полов. Роль семьи в формировании здорового образа жизни. Репродуктивное поведение и его безопасность. Половое воспитание молодежи.

Факторы риска для здоровья. Основные факторы риска для здоровья. Ожирение. Гиподинамия. Нерациональное питание. Психоэмоциональное напряжение. Факторы среды, разрушающие здоровье.

Основная литература:

1. Васильева О.С. Психология и культура здоровья: базовые понятия, концепции и подходы [Электронный учебник] : учебное пособие для вузов / О. С. Васильева, Ф. Р. Филатов. - Издательство Южного федерального университета, 2011. - 176 с. on-line Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/47105.html>

Дополнительная литература:

1. Барышева Е.С. Культура здоровья и профилактика заболеваний [Электронный учебник] : учебное пособие для выполнения практических занятий по дисциплине «Культура здоровья и профилактика заболеваний» / Е. С. Барышева, С. В. Нотова. - Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2016. - 215 с. on-line Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/61367.html>

Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Общие закономерности роста и развития организма

Закономерности роста и развития детей и подростков. Пропорции тела на разных этапах возрастного развития. Физическое и психофизиологическое развитие. Возрастная периодизация. Календарный и биологический возраст, их соотношение, критерии определения биологического возраста на разных этапах онтогенеза, их влияние на развитие детского организма. Сенситивные и критические периоды развития ребенка.

Закономерности развития опорно-двигательного аппарата

Значение опорно-двигательного аппарата. Свойства и возрастные изменения костей. Мышечная деятельность и физические возможности ребенка. Развитие моторной функции с возрастом и под влиянием внешней среды.

Деформации опорно-двигательного аппарата, причины и профилактика. Деформации (сколиозы, кифозы, лордозы) позвоночника. Осанка. Нарушение осанки. Формирование и значение правильной осанки. Деформация грудной клетки. Инфекционные поражения опорно-двигательного аппарата. Переломы и вывихи костей. Растяжение связок. Плоскостопие, его объективные и субъективные признаки. Профилактика развития плоскостопия.

Гигиенические требования к школьной мебели в соответствии роста и пропорций тела. Правила расстановки мебели и рассаживания учащихся в классе.

Готовность к обучению. Факторы развития на этапах онтогенеза

Зрительно-пространственное восприятие. Зрительно-моторная координация. Слухо-моторная координация и развитие движений. Соотношение эмоционального и интеллектуального развития. Ориентировочный рефлекс и концентрация внимания. Развитие памяти и объемов внимания. Организация деятельности, утомляемость и отвлекаемость. Речевое развитие. Самосознание и самооценка. Социальное развитие. Адаптация к бытовым условиям, окружающей жизни, к школе. Индивидуальное, групповое, коллективное и общественное поведение.

Состояние здоровья детей и подростков.

Гигиенические основы режима дня

Показатели состояния здоровья детского населения. Группы здоровья. Причины и структура заболеваемости детей и подростков. Влияние состояния здоровья школьников на их работоспособность. Влияние условий обучения и воспитания на состояние здоровья учащихся. Роль воздушной среды в сохранении здоровья.

Понятие об утомлении. Проявление утомления в поведенческих реакциях, в снижении умственной работоспособности. Возрастные уровни показателей умственной работоспособности. Фазы работоспособности. Дневная периодичность умственной работоспособности.

Продолжительность урока, физиолого-гигиенические нормативы общей учебной нагрузки. Гигиенические требования к построению расписания.

Режим дня, его отдельные элементы и их организация.

Основная литература:

1. Назарова, Елена Николаевна. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учебник для вузов / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилков. - ИЦ Академия, 2012. - 256 с.
2. Тулякова, О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/93803.html>

Дополнительная литература:

1. Возрастная анатомия, физиология и гигиена человека: мет. рекомендации к практическим занятиям / сост.: Е. Г. Воронкова, Ж. Г. Шестернина, Э. С. Велиляева. – РИО ГАГУ, 2011. - 58 с.
2. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Электронный учебник] : учебное пособие / Ю. А. Гончарова. - ВГУ, 2008. - 92 с. Режим доступа: <http://window.edu.ru/resource/465/65465/files/m08-100.pdf>

Организация оздоровительной работы

Комплексный подход к организации оздоровительной работы

Комплексное понятие здоровья. Факторы непосредственно связанные с образовательным процессом, образовательными учреждениями (внутришкольные: гигиенические, учебно-организационные, психолого-педагогические факторы). Факторы, потенциально оказывающие воздействие на здоровье школьников.

Санитарно-эпидемиологические требования к размещению и территории общеобразовательных учреждений. Санитарно-эпидемиологические требования к зданию общеобразовательных учреждений. Санитарно-эпидемиологические требования помещениям и оборудованию общеобразовательных учреждений. Санитарно-эпидемиологические требования к воздушно-тепловому режиму, естественному и искусственному освещению общеобразовательных учреждений. Санитарно-эпидемиологические требования к водоснабжению, канализации, санитарному содержанию территории и помещений общеобразовательных учреждений.

Организация физического воспитания школьников

Оценка заболеваемости учащихся, группы здоровья. Оценка физической подготовленности; методы исследования физической подготовленности, методика проведения тестирования физической подготовленности. Значение физической культуры, цель физического воспитания, задачи использования физической культуры. Средства физического воспитания, оценка оздоровительной направленности урока физической культуры. Организация физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем.

Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня

Утренняя гимнастика до учебных занятий; физкультминутки и физкультпаузы на уроках. Внеклассные формы организации занятий физическими упражнениями. Закаливание школьников: значение закаливания, средства закаливания, эффективность закаливания, комплексы мероприятий по закаливанию. Методики закаливающих процедур: солнечные ванны, воздушные ванны, водные процедуры, хождение босиком, обтирание, обливание туловища, купание в открытых водоемах, растирание снегом и моржевание, баня.

Основная литература:

1. Егорова С.А. Организация оздоровительной работы с различными слоями населения [Электронный учебник] : учебное пособие / С. А. Егорова, В. Г. Петрякова. - Северо-Кавказский федеральный университет, 2015. - 92 с. on-line Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/62973.html>

Дополнительная литература:

1. Асташина М.П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения [Электронный учебник] : учебное пособие / М. П. Асташина. - Издательство СибГУФК, 2014. - 188 с. on-line Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65008.html>
2. Кисляков П.А. Социальная безопасность и здоровьесбережение учащейся молодежи [Электронный учебник] / П. А. Кисляков. - Вузовское образование, 2015. - 232 с. on-line Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/33862.html>

Профилактика вредных привычек

Медико-гигиенические аспекты профилактики вредных привычек

Профилактика алкоголизма. Действие алкоголя на организм человека. Степени отравления. Стадии алкоголизма. Алкогольный синдром плода. Специфическое действие алкоголя на женский и мужской организм. Влияние алкоголя на организм подростка. Алкоголизм в России. Роль учителя в профилактике алкоголизма.

Профилактика табакокурения. Табакокурение и здоровье населения. Влияние табака на организм женщины и ребенка. Влияние табака на организм подростка. Психологическая зависимость курильщика. Пассивное курение. Роль учителя в профилактике табакокурения.

Профилактика наркомании и токсикомании. Наркомания. Возникновение зависимости и ее последствия. Общие проявления наркомании и токсикомании. Мифы и реальность наркомании. Опасные симптомы, свидетельствующие об употреблении наркотиков. Факторы риска. Роль учителя в профилактике наркомании.

Профилактика профессиональных вредностей. Средства охраны труда. Гигиена труда в промышленности. Гигиенические нормативы условий труда. Гигиена умственного труда. Компьютер и здоровье. Компьютер и зрение. Профилактика заболеваний при работе за компьютером. Рекомендуемая длительность работы за компьютером для детей школьного возраста.

Основная литература:

1. Здоровье, профилактика заболеваний, неотложная помощь [Электронный учебник] : учебное пособие / С. А. Михайлова, Р. П. Романенко, Ж. Г. Шамсутдинова [и др.]. - РИО ГАГУ, 2014. - 215 с. Режим доступа: http://elib.gasu.ru/index.php?option=com_aobook&view=book&id=197:zdorove-profilaktika-zabolevanij-neotlozhnaya-po-moshch&catid=14:medicine&Itemid=156
2. Барышева Е.С. Культура здоровья и профилактика заболеваний [Электронный учебник] : учебное пособие для выполнения практических занятий по дисциплине «Культура здоровья и профилактика заболеваний» / Е. С. Барышева, С. В. Нотова. - Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2016. - 215 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/61367.html>

Дополнительная литература:

1. Егоров, Р. С. Профилактика наркомании и алкоголизма : учебное пособие для самостоятельной работы студентов факультета клинической психологии ОрГМА / Р. С. Егоров ; под редакцией В. А. Дереча. — Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2008. — 40 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/21846.html>

Здоровьесберегающая педагогика

Ключевые аспекты здоровьесберегающей педагогики

Основные понятия, цели, закономерности и принципы здоровьесберегающей педагогики. Основные подходы к сохранению и укреплению здоровья учащихся. Проблемное поле здоровьесберегающей педагогики. Методология и методические подходы к анализу здоровьесберегающей деятельности. Педагогический анализ концепций обучения и воспитания с позиций здоровьесберегающей педагогики. Концепции здоровьесберегающей педагогики. Модели школ здоровья. Направления здоровьесберегающей работы школы. Классификация здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие технологии в образовании

Общее представление о здоровьесберегающих образовательных технологиях. Основные компоненты и функции здоровьесберегающих технологий. Систематика и взаимосвязь здоровьесберегающих технологий, используемых в работе образовательных учреждений. Инфраструктура здоровьесберегающего ОУ. Педагогическая система действий по развитию культуры здоровья учащихся. Система разработки программ содействия здоровью школьников. Методика и организация оздоровительной работы. Организация системы работы с педагогическими кадрами по здоровьесберегающим технологиям. Подготовка педагогов к здоровьесберегающему воспитанию школьников.

Психолого-педагогический подход к охране здоровья учащихся

Психология здоровья как актуальное направление современного человековедения. Педагогическая психология здоровья. Психическое и психологическое здоровье учащихся. Влияние социальных факторов на психологическое здоровье учащихся. Социально-психологические зависимости школьников. Воздействие на учащихся видеозканных средств. Медико-социальные и микросоциальные факторы. Психолого-педагогические условия становления культуры здоровья в подростковом возрасте. Основы педагогической психогигиены и психотерапии. Цели и задачи педагогической психогигиены. Латентные психогенные воздействия на здоровье учащихся. Факторы воздействия учителя на психологическое состояние и здоровье учащихся. Дискомфортные (дезадаптивные) состояния учащихся на уроках. Школьные стрессы. Цели и задачи педагогической психотерапии. Приемы и методы педагогической психотерапии. Психологические настройки и самонастройки в учебном процессе.

Учебные программы в системе здоровьесберегающей школы

Методология организации обучения здоровому образу жизни. Структура процесса обучения в условиях здоровьесберегающей педагогики. Учебные программы ЗОЖ. Примеры учебных программ, обучающих ЗОЖ. Индивидуальная программа здорового образа жизни (план УВР). Ведение дневника здоровья, как метод привития норм ЗОЖ. Формы внеклассной работы в рамках реализации здоровьесберегающих образовательных технологий. Формы и методы работы с родителями в рамках реализации здоровьесберегающих образовательных технологий.

Здоровьесбережение учителя

Профессионально-личностные деформации учителя и их предупреждение. Синдром профессионального выгорания учителя. Составляющие синдрома профессионального выгорания. Факторы, вызывающие выгорание. Основные стадии синдрома. Предотвращение выгорания: новые подходы. Антиподы выгорания. Типы поведения и переживания в профессиональной среде. Психологическое благополучие учителя. Здоровье учителя и причины, его определяющие. Причины неблагополучия здоровья педагога. Учитель и стрессы. Возможности преодоления стрессов.

Основная литература.

1. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования [Электронный учебник] : практикум / сост. Л. В. Белова. - Северо-Кавказский федеральный университет, 2017. - 95 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/69041.html>

Дополнительная литература.

1. Белова Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования [Электронный учебник] : учебное пособие / Л. В. Белова. - Северо-Кавказский федеральный университет, 2015. - 93 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63084.html>

2. Цибульникова В.Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании [Электронный учебник] : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В. Е. Цибульникова, Е. А. Леванова. - Московский педагогический государственный университет, 2017. - 148 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/75815.html>

3. Стельмашонок В.А. Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры [Электронный учебник] : учебное пособие / В. А. Стельмашонок, Н. В. Владимирова. - Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2015. - 328 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/67696.html>

Примерный перечень вопросов

1. Понятие здоровье. Уровни здоровья.
2. Индивидуальное здоровье и его показатели.
3. Общественное здоровье и его показатели.
4. Факторы, влияющие на здоровье человека.
5. Генетические факторы.
6. Состояние окружающей среды.
7. Медицинские факторы.
8. Факторы среды, разрушающие здоровье.
9. Понятие образ жизни. Категории образа жизни.
10. Образ жизни школьников, как социально-педагогическая проблема.
11. Понятие здоровый образ жизни. Составляющие здорового образа жизни.
12. Здоровый образ жизни как интегративное научное направление.
13. Двигательная активность и здоровье.
14. Определение понятия профилактика. Виды профилактики.
15. Культура эмоций. Признаки психического здоровья.
16. Культура питания. Требования и правила питания.
17. Физическая культура и здоровье.
18. Рациональная организация учебной деятельности.
19. Роль семьи в формировании здорового образа жизни.
20. Социально-педагогические аспекты формирования здорового образа жизни.
21. Медико-социальные аспекты формирования здорового образа жизни.
22. Возрастные этапы формирования здорового образа жизни.
23. Значение семьи в формировании здорового образа жизни.
24. Пути формирования здорового образа жизни у детей и роль педагога в этом процессе.
25. Основные группы здоровья детей.
26. Общие закономерности роста и развития организма
27. Закономерности развития опорно-двигательного аппарата
28. Деформации опорно-двигательного аппарата, причины и профилактика.
29. Готовность к обучению. Факторы развития на этапах онтогенеза

30. Состояние здоровья детей и подростков.
31. Понятие об утомлении.
32. Возрастные уровни показателей умственной работоспособности. Фазы работоспособности.
33. Факторы, потенциально оказывающие воздействие на здоровье школьников.
34. Санитарно-эпидемиологические требования к зданию общеобразовательных учреждений.
35. Санитарно-эпидемиологические требования к воздушно-тепловому режиму, естественному и искусственному освещению общеобразовательных учреждений.
36. Значение физической культуры, цель физического воспитания, задачи использования физической культуры.
37. Организация физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем
38. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня
39. Влияние алкоголя на организм подростка. Алкоголизм в России
40. Влияние табака на организм человека. Влияние табака на организм подростка.
41. Концепции здоровьесберегающей педагогики.
42. Общее представление о здоровьесберегающих образовательных технологиях.
43. Общее представление о здоровьесберегающей деятельности в образовательном учреждении.
44. Психологическое благополучие учителя.
45. Роль учителя в сохранении и укреплении здоровья детей, предупреждении заболеваний у школьников.
46. Роль государственных и негосударственных учреждений и организаций в сохранении здоровья детей.
47. Профилактические мероприятия при инфекционных заболеваниях в школе.
48. Роль учителя в формировании здоровья и профилактике вредных привычек у школьников.
49. Формы и методы работы с родителями в рамках реализации здоровьесберегающих образовательных технологий.
50. Формы внеклассной работы в рамках реализации здоровьесберегающих образовательных технологий.