

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№п/п	Наименование разделов и дисциплин	Общая грудоёмкость, в акад. час	Лекции	Практические занятия и тестирование
1.	Раздел 1. Основы нормальной анатомии и физиологии человека	20*		
1.1	Единство уровней организации организма - основа жизни			
1.2	Основные этапы развития организма человека			
1.3	Строение и функционирование опорно-двигательного аппарата человека в онтогенезе			
1.4	Система кровообращения			
1.5	Система дыхания			
1.6	Пищеварение, обмен веществ и энергии, выделение			
1.7	Сенсорные системы организма			
1.8	Регуляторные механизмы человеческого организма			
1.9	Высшая нервная деятельность (психологические аспекты поведения)			
2.	Раздел 2. Частная патология и психосоматика	52*		
2.1	Заболевания костно-мышечной системы			
2.2	Заболевания кожных покровов			
2.3	Болезни органов дыхания			
2.4	Болезни сердечно-сосудистой системы			
2.5	Болезни системы крови			
2.6	Заболевания полости рта			
2.7	Заболевания органов пищеварения			
2.8	Болезни почек и мочевыводящих путей			
2.9	Эндокринные, половые и обменные заболевания			
2.10	Заболевания глаз			
2.11	Заболевания уха и вестибулярного аппарата			
2.12	Заболевания иммунной системы			
2.13	Болезни нервно-психической сферы			
*Обучение основам нормальной анатомии, физиологии человека и частной патологии осуществляется в форме самостоятельного изучения и факультативных семинарских занятий				
3	Раздел 3. Психофизические основы здоровья	38	10	28
3.1	Психофизиология функциональных состояний и эмоций. Стресс и его последствия для человека. Позитивный и негативный стресс. Стадии развития стресса.		2	2

3.2	Психофизиология здоровья при взаимодействии рационального и эмоционального мозга		2	2
3.3	Сердце эмоций и его связь с мозгом. Роль симпатической и парасимпатической ветвей нервной системы в жизни сердца		2	10
3.4	Влияние позитивных эмоций. Способы и результаты концентрации внимания в сердце		2	12
3.5	Взаимоотношения, основные принципы позитивного эмоционального общения в конфликтных ситуациях		2	2
4	Раздел 4. Основы здорового образа жизни	100	30	70
4.1	Комплексная система оздоровления человека и этапы ее реализации		2	
4.2	Болезни и их психоэмоциональные причины. Основы психосоматики.		4	4
4.3	Вредные привычки и способы их профилактики и преодоления		4	6
4.4	Здоровое питание. Очищение и укрепление организма		4	4
4.5	Инновационные физкультурно-оздоровительные технологии		4	6
4.6	Физические упражнения в системе оздоровления.		4	20
4.7	Оздоровительное дыхание		2	4
4.8	Частные методики психофизической регуляции		2	14
4.9	Арттерапия в системе оздоровительных занятий (живопись, стихосложение, пение и балльные танцы)		2	8
4.10	Методы и формы тестового контроля физического и психического состояния учеников для оценки эффективности проведения занятий		2	4
5	Раздел 5. Социальная педагогика и психология	85	36	49
5.1	Социальная педагогика как область практической деятельности и научного знания. Объект, предмет, цели и задачи. Кто такой социальный педагог. Требования к преподавателю здоровьесберегающих технологий.		4	4
5.2	Особенности формирования учебно-тематического плана занятий и подготовки к ним.		2	2
5.3	Социальная психология. Основные подходы к изучению личности пришедших на занятия в оздоровительную группу		2	2
5.4	Строение личности: основные теоретические подходы		2	2
5.5	Развитие личности.		2	2
5.6	Виды познавательных процессов и критерии их классификации.		2	2

5.7	Развитие познания: познание и действие		2	2
5.8	Развитие познания: познание и образ		2	2
5.9	Развитие познания: познание и речь		2	2
5.10	Основы ораторского мастерства педагога		2	15
5.11	Общее представление об универсальных психических процессах и основные подходы к их изучению		2	2
5.12	Социальный педагог как субъект педагогической деятельности. Социальная позиция педагога		2	2
5.13	Профессиональные и базовые качества и способности социального педагога		2	2
5.14	Профессиональная компетентность и педагогическое мастерство		2	2
5.15	Подготовка и профессиональное становление педагога		2	2
5.16	Роль самообразования и самовоспитания в становлении педагога-профессионала		2	2
5.17	Самовоспитание в структуре процесса формирования социального педагога		2	2
6	Раздел 6. Средства и системы оздоровления	85	28	57
6.1	Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. Здоровье как междисциплинарная область исследований		2	2
6.2	Древнейшие учения о здоровье		2	2
6.3	Искусство здоровья в современном мире		4	6
6.4	Гигиена и очищение организма		4	4
6.5	Гигиена и укрепление организма		2	4
6.6	Гимнастика и жизненная энергия		2	10
6.7	Успешность и социальное благополучие.		2	2
6.8	Духовное здоровье и самоактуализация		4	2
6.9	Методические рекомендации по проведению занятий раздела «Основы здорового образа жизни»		2	10
6.10	Методические рекомендации по подготовке и проведению выездного оздоровительного лагеря на природе		2	4
6.11	Контрольные задания по дисциплине «Основы здорового образа жизни». Защита выпускных работ Итоговая аттестация — итоговый междисциплинарный экзамен		2	11
	Итого:	380	176	204