

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Северо-Осетинский государственный университет  
имени Коста Левановича Хетагурова»**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ОСНОВЫ ПСИХОГИГИЕНЫ»**

Направление подготовки

**44.03.03** Специальное (дефектологическое) образование

Направленность (профиль) "Дефектология"

Квалификация (степень)

**бакалавр**

Форма обучения

**очная**

Год начала подготовки – **2019**

**Владикавказ 2019**

Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по направлению 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018, № 123, учебным планом подготовки бакалавра по направлению 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование, направленность (профиль) "Дефектология" утвержденным Ученым советом ФГБОУ ВО «Северо-Осетинский государственный университет имени Коста Левановича Хетагурова» от 28.05.2019, протокол №10.

Составитель: док. пед. наук, проф. И.Ю.Кокаева

Рабочая программа обсуждена и согласована на заседании кафедры педагогики и психологии (протокол № 7 от 12.03.2019 г.)

Зав. каф.  Тахохов Б.А.

Одобрена советом психолого-педагогического факультета (протокол №9 от 26.04.2019 г.)

Председатель совета факультета  Тахохов Б.А.

## 1. Структура и общая трудоемкость дисциплины Б1.В.ДВ.09.01 «Основы психогигиены»

	Очная форма обучения
Курс	1
Семестр	2
Лекции	14
Практические (семинарские) занятия	30
Лабораторные занятия	не предусмотрена
Консультации	2
Итого аудиторных занятий	44
Самостоятельная работа	73
Контроль	27
Курсовая работа	не предусмотрена
Форма контроля	
Экзамен	4
Зачет	
Общее количество часов	144
Общая трудоемкость	4

### 1. Цели освоения дисциплины

#### Цель освоения дисциплины Б1.В.ДВ. 09.01 «Основы психогигиены»

*Основная цель:* дать студентам теоретические сведения об условиях, необходимых для сохранения и укрепления психоэмоционального здоровья обучающихся, а также практические рекомендации по созданию благоприятной и психологически комфортной образовательной среды.

*Образовательный аспект:*

- Познакомить студентов с понятием и факторами психического здоровья человека
- Развивать навыки рациональной организации учебно-воспитательного процесса, культуру здоровья;
- сформировать у бакалавров компетенции, необходимые для создания благоприятной и психологически комфортной образовательной среды; для реализации здоровьесовещающего образования.

*Воспитательный аспект:*

- формировать культуру здоровья, гигиенические навыки для развития различных систем организма на различных этапах онтогенеза (ОПК-1);
- формировать у бакалавров-психологов ответственность за создание благоприятной и психологически комфортной образовательной среды, за сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся, готовность построения гигиенически обоснованной и здоровьесберегающей среды за сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

### 3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина **Б1.В.ДВ.0 9.01** «Основы психогигиены» относится к дисциплинам части формируемой участниками образовательных отношений имеет профессиональную направленность для студентов профиля «Психология образования».

**Предварительные компетенции;** Для изучения дисциплины необходимы знания школьного курса «Анатомия и физиология человека» и «Общая биология», а также знания,

умения и компетенции, полученные бакалаврами в 1 семестре в результате освоения дисциплины «Анатомия и возрастная физиология».

В дальнейшем знания по «Основы психогигиены» будут нужны студентам для полноценного освоения таких дисциплин как «Безопасность жизнедеятельности», «Педагогические основы формирования профессиональных позиций», «Функции педагогической деятельности», «Психология одаренности и творчества» и др. Знания по психогигиене необходимы для прохождения педагогической практики и моделирования своей деятельности в образовательных организациях, с учётом гигиенических требований и задач охраны и укрепления здоровья обучающихся.

Для освоения учебной дисциплины (УД) студент должен:

**знать:**

- Строение и функции систем здорового человека. основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека, возрастные анатомо-физиологические особенности детей:

- Основные закономерности роста и развития организма человека в различные периоды онтогенеза.

**уметь:**

- применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности.

- Оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека.

**владеть:**

- нормами, требованиями, правилами сохранения и укрепления здоровья.

#### 4 Требования к результатам освоения дисциплины «Основы психогигиены»

Коды компетенций	Содержание компетенций
<b>ПК-7</b>	Способность проектировать и реализовывать индивидуально-личностные образовательные маршруты обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Типы задач профессиональной деятельности	Обобщённая трудовая функция / трудовая функция	Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
методический	Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях	ПК-7. Способность проектировать и реализовывать индивидуально-личностные образовательные маршруты обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. по вопросам	ПК-7.1. Знает: закономерности и условия, нормы и ограничения проектирования и реализации индивидуальных образовательных маршрутов с учётом особенностей развития детей с ограниченными возможностями здоровья; технологии проектирования и реализации индивидуальных образовательных маршрутов детей с ограниченными возможностями здоровья. ПК-7.2. Умеет: проектировать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты детей с

	<p>дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования</p> <p><i>A/03.6</i></p> <p>Код А <b>01.001.</b></p> <p><b>стандарт «Педагог»</b></p>	<p>сопровождения индивидуальных образовательных маршрутов детей с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>по вопросам сопровождения индивидуальных образовательных маршрутов детей с ограниченными возможностями здоровья.</p>	<p>ограниченными возможностями здоровья; анализировать эффективность реализации индивидуальных образовательных маршрутов детей с ограниченными возможностями здоровья, при необходимости корректировать их содержание; консультировать педагогов, родителей (законных представителей) и обучающихся</p> <p>ПК-7.3. Владеет: технологиями индивидуализации образования и педагогического сопровождения проектирования и реализации детьми с ограниченными возможностями здоровья индивидуальных образовательных маршрутов; технологиями проектирования и реализации индивидуальных образовательных маршрутов с учётом особенностей развития детей с ограниченными возможностями здоровья; методами анализа эффективности реализации индивидуальных образовательных маршрутов детей с ограниченными возможностями здоровья; навыками консультирования педагогов, родителей (законных представителей) и обучающихся</p>
--	--	---	--

## 5. Содержание и учебно-методическая карта дисциплины

Номер недели	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа Студентов		Формы контроля	ма	Литература
		л	пр	Содержание	Часы			
1,2	<u>Тема 1. Здоровье обучающихся как проблема педагогическая(ПК-2, ПК-7)</u> 1. Здоровье как проблема современного поколения. 2. Виды здоровья физическое, духовное, нравственное, эмоциональное, социальное 3. Характер взаимодействий ученика с учителем и его влияние на психоэмоциональное состояние	2	4	Здоровье учащихся и учителей РСО-Алания Факторы здоровья Ученые гигиенисты.	4	Устный опрос, сообщения по вопросам темы, доклад, презентация	3	[1], [2]
3,4	<u>Тема 2. Роль педагогической психогигиены в создании безопасных условий обучения и воспитания (ПК-2, ПК-7)</u> 1. Основополагающие признаки психогигиены. 2. Цель и задачи психогигиены.	2	4	История зарождения и становление психогигиены Развитие гигиены как науки Роль педагогической психогигиены в создании безопасных условий обучения и воспитания значение	8	Устный опрос, доклад, реферат презентация	3	[1], [2],
5,6	<u>Тема 3. Психическое здоровье школьников и факторы, на него влияющие (ПК-2, ПК-7)</u> 1. Псих.здоровье – как условие нормального развития личности Имущественные налоги с организаций 2. Понятие о психическом и психологическом здоровье 3. Психологическое благополучие и здоровье школьника	2	4	Дефиниции, отражающие разные аспекты псих. здоровья. Влияние различных факторов на психоэмоциональное здоровье. Категория психического здоровья Психологическое благополучие и здоровье учителя.	8	Устный опрос, доклад, презентация, решение ситуационных задач	3	[1], [2], [5],
7,8	<u>Тема 4. Индивидуальный подход – как основное условие сохранения психического здоровья школьников (ПК-2, ПК-7)</u> 1. Индивидуализация педагогических воздействий учителя 2. Личностные особенности школьников и их	2	4	Подбор методик для диагностики ведущего канала	8	Устный опрос, доклад, решение ситуационных задач	3	[1], [3],

	связь с состоянием психического здоровья.							
9, 10	Тема 5. Влияние различных факторов на психоэмоциональное здоровье (ПК-2, ПК-7) 1. Значение биологических и социальных факторов риска в психическом развитии и школьников 2. Влияние биоритмов на психологическое здоровье учащихся 3. Влияние школьных факторов на психическое здоровье младших школьников	1	4	Компьютерные игры в младшем школьном возрасте. Типы ВНД	10	Устный опрос, доклад, презентация, решение ситуационных задач	3	[1],
11, 12	Тема 6. Доклинические нервно-психические нарушения у детей (ПК-2, ПК-7) 1. Дискомфортные (дезадаптационные) состояния учащихся на уроках 2. Неврозы в младшем школьном возрасте 3. Школьные стрессы и дидактогени	2	4	Латентные психогенные воздействия Психология отдыха. Организация каникул в начальной школе. Организация физминуток и перемен	11	Устный опрос, презентация, реферат.	3	[1],
13,	Тема 8. Психогигиенические требования к организации подготовки ребенка к школе Школьная зрелость. Критерии школьной зрелости 1. Организация и проведение школьных перемен. 2. Организация досуга и школьных каникул.	2	2	Общие принципы оценки готовности обучения к школе. Комплексная диагностика определения школьной зрелости Национальные игры и их использование при организации досуга	12	Устный опрос, презентация, реферат Опрос, Разработка игр для перемены	3	[1], [2]
14, 15,	Тема 10. Психогигиенические требования к организации учебной деятельности в начальной школе (ПК-2, ПК-7) 1. Гигиенические критерии адаптации детей к школе и факторы, ее определяющие 2. Гигиена урока. 3. Требования к расписанию уроков	1	2	Распределение учебных предметов в соответствии с дневной и недельной динамикой работоспособности Гигиенические условия в школе Психогигиеническая организация отдыха и свободного времени	12	Диагностика готовности дошк. к обучению в школе	25	[1], [2]
16	Тема 11. Профилактика использования психотропных средств и других вредных привычек (ПК-2, ПК-7)		2	Работа с детьми по профилактике вредных привычек				[1],
	<b>ИТОГО</b>	14	30		7 3	Рефераты.		

**Примечания** – Все виды учебной работы могут проводиться дистанционно на основании локальных нормативных актов.

– В целях реализации индивидуального подхода к обучению студентов, осуществляющих учебный процесс по индивидуальной траектории в рамках индивидуального рабочего плана, изучение данной дисциплины может осуществляться через индивидуальные консультации преподавателя очно, в часы консультаций, по электронной почте, а также с использованием Webex, платформы дистанционного обучения Moodle, личный кабинет студента на сайте СОГУ, других элементов ЭИОС СОГУ.

## 6. Образовательные технологии

**Традиционные лекции и практические занятия в форме с использованием современных интерактивных технологий.**

**Лекция-беседа** – содержание подается через серию вопросов, на которые студент должен отвечать непосредственно в ходе лекции.

**Онлайн-семинар** – разновидность веб-конференции, проведение онлайн-встреч или презентаций через Интернет в режиме реального времени. Каждый из участников находится у своего компьютера (средства связи), а связь между ними поддерживается через Интернет посредством загружаемого приложения, установленного на компьютере каждого участника (Zoom, Meet, Skype и др.)

**Видеоконференция** – сеанс видеоконференцсвязи (ВКС) – это технология интерактивного взаимодействия двух и более участников образовательного процесса для обмена информацией в реальном режиме времени.

**Видео-лекция** – снятая на камеру сокращенная лекция, дополненная фотографиями и схемами, иллюстрирующая подаваемый в лекции материал.

**Технология электронного обучения** (реализуется при помощи электронной образовательной среды СОГУ при использовании ресурсов ЭБС, при проведении автоматизированного тестирования и т. д.).

№/п	Тема	Вид занятия	Количество часов	Интерактивные формы
1	Психическое здоровье школьников и факторы, на него влияющие.	Практическое	1	Самообследование психоэмоционального состояния
2	Психология здоровья	Практическое	1	Проблемная лекция с исследованием психического здоровья обучающихся г.Владикавказ
3	Индивидуализация образовательного процесса	Практическое	2	Подбор диагностик из Сети Интернет
4	Доклинические формы нервно-психических нарушений у детей	Практическое	2	Семинар в диалоговом режиме
5	Психогигиенические требования к организации учебной деятельности в начальной школе	Лекция	2	Анализ конкретных ситуаций
6	Школьная зрелость.	Практическое	2	Презентация «Диагностика готовности дошк. к обучению в школе»
7	Профилактика использования психотропных средств и других вредных привычек	Практическое	2	Дискуссия «Как влияют психотропные вещества на организм человека?»
	ИТОГО		12	

## 7. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

**Формы самостоятельной работы студентов:**

а) составление сообщений, докладов на предложенные темы;



- б) подготовка презентации;
- в) конспектирование учебно-научной литературы;
- г) тестирование на площадке Moodle;
- д) вопросы в рубежной контрольной работе.

Учебный процесс при преподавании курса основывается на использовании традиционных, инновационных и информационных образовательных технологий. Традиционные образовательные технологии представлены лекциями и практическими занятиями.

Лекционный курс должен давать наибольший объем информации и обеспечивать более глубокое понимание учебных вопросов при значительно меньшей затрате времени, чем это требуется большинству студентов на самостоятельное изучение материала.

**Активность на лекционных занятиях оценивается по следующим критериям:**

- ответы на вопросы, предлагаемые преподавателем;
- участие в дискуссиях;
- выполнение проектных и иных заданий;
- ассистирование преподавателю в проведении занятий.

Ответ должен быть аргументированным, развернутым, не односложным, содержать ссылки на источники.

Доклады и оппонирование докладов проверяют степень владения теоретическим материалом, а также корректность и строгость рассуждений.

**Самостоятельная работа студентов** – это процесс активного, целенаправленного приобретения студентом новых знаний, умений без непосредственного участия преподавателя, характеризующийся предметной направленностью, эффективным контролем и оценкой результатов деятельности обучающегося.

Цели самостоятельной работы:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную и справочную документацию, специальную литературу;
- развитие познавательных способностей, активности студентов, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, творческой инициативы, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений и академических навыков.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, уровня сложности, конкретной тематики.

Технология организации самостоятельной работы студентов включает использование информационных и материально-технических ресурсов образовательного учреждения.

Перед выполнением обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель может проводить инструктаж по выполнению задания. В инструктаж включается:

- цель и содержание задания;
- сроки выполнения;
- ориентировочный объем работы;
- основные требования к результатам работы и критерии оценки;
- возможные типичные ошибки при выполнении.

Инструктаж проводится преподавателем за счет объема времени, отведенного на изучение дисциплины.

Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы студентов может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

При самостоятельной проработке курса обучающиеся должны:

- просматривать основные определения и факты;
- повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной по данной теме литературы;

- изучить рекомендованную литературу, составлять тезисы, аннотации и конспекты наиболее важных моментов;
- самостоятельно выполнять задания, аналогичные предлагаемым на занятиях;
- использовать для самопроверки материалы фонда оценочных средств;
- выполнять домашние задания по указанию преподавателя.

## **Методические рекомендации студентам по составлению конспектов**

Конспектирование относится к числу наиболее важных общеучебных умений. На него опирается весь учебный процесс, так как студентам постоянно приходится использовать для подготовки к занятиям конспектирование лекций преподавателя, учебного параграфа или дополнительной литературы.

Конспект нужен для того, чтобы:

- научиться перерабатывать любую информацию, придавая ей иной вид, тип, форму;
- выделить в письменном или устном тексте самое необходимое и нужное для решения учебной или научной задачи;
- создать модель проблемы (понятийную или структурную);
- упростить запоминание текста, облегчить овладение специальными терминами;
- накопить информацию для написания более сложной работы в виде доклада, реферата, дипломной работы, диссертации, статьи, книги.

План работы над конспектом заключается в следующем:

1. Беглый просмотр с целью определить полноту раскрытия темы; определение характера текста (теоретический или эмпирический, т.е. основанный на опыте); выявление степени сложности по наличию новых или непонятных терминов-понятий. Такое предварительное знакомство с текстом, а также учет собственных задач помогает осознанно выбрать вид конспектирования.

2. Научно-исследовательская работа по переработке информации. Все начинается с повторного чтения и анализа. Анализ позволяет разделить текст на части, отделить одно положение от другого и выделить нужное.

3. Выделение главных мыслей текста – тезисов. Тезисом в зависимости от задач конспектирования может быть: понятие или категория и их определения, закон и его формулировка, факты, события и доказательства их истинности и т.д. Эти ведущие, главные позиции могут выписываться либо в технике цитирования, либо в произвольном стиле, своими словами. Цитировать принято в следующих случаях: для точной передачи мысли; для последующей ссылки на автора; для иллюстрации стиля мышления автора. Насколько часто можно цитировать в конспекте – вопрос открытый. По необходимости, но не очень много (исключение составляют текстуальные или цитатные конспекты).

Прежде всего, составляя конспект, обычно стремятся к форме связного пересказа, но делают это не в ущерб другим, более важным качествам конспекта – ясности и краткости. И тут важно заметить, что связующим звеном при составлении конспекта должна быть внутренняя логика изложения, которую не следует заменять пространными словесными переходами.

С другой стороны, конспекты при обязательной краткости содержат не только основные положения и выводы, но и факты, доказательства, примеры. Ведь утверждение, не подкрепленное фактом или примером, не будет убедительным и труднее запомнится.

Поэтому при составлении конспекта записывают не только основные положения. Не следует также избегать повторений, если они по-другому подводят к вопросу или дополнительно, более выразительно освещают его.

На страницах вашей записи может быть отражено отношение составителя к материалу. Но при этом следует организовать текст так, чтобы можно было впоследствии легко разобраться, где авторская, а где ваша личная трактовка вопроса.

Конспекты условно можно разделить на четыре типа: плановые, текстуальные (из цитат), свободные, тематические.

*Плановый конспект* легко получить с помощью предварительно сделанного плана произведения. При этом план или специально составляется для написания конспекта, или используется ранее составленный в качестве самостоятельной записи. Каждому вопросу плана в такой записи отвечает определенная часть конспекта. Однако там, где пункт плана не требует дополнений и разъяснений, он не сопровождается текстом. Это одна из особенностей стройного, ясного и короткого плана-конспекта.

При наличии навыка плановый конспект составляют достаточно быстро, он краток, прост и ясен по своей форме. Эти преимущества делают его незаменимым при быстрой подготовке доклада, выступления. Качество такого конспекта порой целиком зависит от качества плана, от того, насколько пункты плана будут не только раскрывать содержание, но и дополнять его по существу.

Однако работать с таким конспектом, если пройдет много времени с момента его написания, достаточно затруднительно, т. к. по нему не всегда легко удастся восстановить в памяти содержание источников. Существенную помощь здесь могут оказать вкладные листки или отметки в книге, сделанные в процессе чтения.

Самый простой конспект – схематический плановый конспект – составляется в виде ответов на пункты плана, сформулированные в вопросительной форме. В процессе подготовки, а иногда и при последующей переделке плановый конспект может отразить логическую структуру и взаимосвязь отдельных положений.

*Тематический конспект* дает более или менее исчерпывающий ответ (в зависимости от числа привлеченных источников и другого материала) на поставленный вопрос-тему. Поэтому он получил название тематического. Специфика этого конспекта в том, что, разрабатывая определенную тему по ряду источников, он может не отображать содержания каждого из используемых произведений в целом.

Составление тематического конспекта учит работать над темой, всесторонне обдумывая ее, анализируя различные точки зрения на один и тот же вопрос.

Таким образом, этот конспект облегчает работу над темой при условии использования нескольких источников.

Надо отметить возможность использования так называемого *обзорного тематического конспекта*. В этом случае составляется тематический обзор на определенную тему, с использованием одного или чаще нескольких источников.

Составление конспектов требует не только логики изложения, но и умелой организации текста, которая влияет и на содержание записи, и на удобство пользования ею. Что касается конспектирования как вида записи, то в его процессе целесообразно использовать различные сигнальные знаки, увеличивающие информативность сжатого конспекта: стрелки, подчеркивания, линии, выделение в рамку, восклицательный и вопросительный знаки, знак PS, означающий послесловие, т.е. написанное после, приписанное и т.д. Каждый может иметь свою систему знаков, с помощью которых информация оценивается не словесным, а условно символическим способом.

Сокращению конспекта, свертыванию информации способствуют также использование аббревиатур, т.е. сокращенных слов и словосочетаний, использование

вместо слов знаков. Например, вместо слов «равенство», «подобие», «сходство» можно использовать знак равенства «=», вместо слов «больше, меньше» – математические знаки «>» и т. д.

Таким образом, в результате особой техники переработки конспектируемого текста создается новый документ с новой логикой изложения содержания, с новыми связями, новой формой предъявления информации. Это и есть конспект.

**Домашнее конспектирование** оценивается по следующим критериям:

- Аккуратность в оформлении конспекта;
- Использование современной литературы;
- Содержание и логика конспекта.

Оценивание домашних конспектов входит в накопительную оценку

#### Методические рекомендации по оформлению мультимедийных презентаций

	Требования, рекомендации и примечания
<b>Структура презентации</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Титульный лист.</li> <li>2. Слайд с информацией об авторе.</li> <li>3. Содержание с кнопками навигации.</li> <li>4. Основные пункты презентации.</li> <li>5. Заключение (выводы).</li> <li>6. Список источников.</li> <li>7. Завершающий слайд. Обычно слайд содержит благодарность за внимание.</li> </ol>
<b>Общие требования к оформлению презентаций</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Технические условия демонстрации должны соответствовать целям презентации.</li> <li>• Презентация должна соответствовать особенностям целевой аудитории, поэтому при подготовке презентации рекомендуется представить себя на месте слушателя.</li> <li>• Необходимо наличие единого стилевого оформления для всех слайдов.</li> <li>• На одном слайде нежелательно использовать больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов (объектов, элементов).</li> <li>• Оформление слайдов (в том числе и анимационное) не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части.</li> <li>• При сочетании материалов различных типов: текста, графики, видео следует учитывать специфику их комбинирования и время восприятия.</li> </ul>
<b>Оформление и расположение информационных блоков на слайде</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рекомендуется использовать в презентации следующие типы слайдов: «Титульный слайд» для начальных и конечных слайдов; «Заголовок и текст» - для планов и основного текста; «Заголовок, текст, объект» - для слайдов с рисунками.</li> <li>• Рекомендуемый размер одного информационного блока – не более 50% слайда.</li> <li>• Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга.</li> <li>• Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить.</li> <li>• Информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки – слева направо.</li> <li>• Наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Логика предъявления информации на слайдах и в презентации должна соответствовать логике её изложения.</li> <li>• Не допускать «рваных» краёв текста.</li> <li>• Уровень запоминания информации зависит от её расположения на экране (в левом верхнем углу слайда располагается самая важная информация):</li> </ul>
<b>Оформление текстовой информации</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Для основного текста не рекомендуется использовать прописные буквы.</li> <li>• Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.</li> <li>• Размер шрифта: 28-36 (заголовки), 20-26 (основной текст).</li> <li>• Цвет шрифта и фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не «резать» глаза.</li> <li>• только для смыслового выделения фрагмента текста.</li> <li>• Рекомендуется выверять все слайды на наличие возможных грамматических, пунктуационных и синтаксических ошибок.</li> <li>• Списки из большого числа пунктов не приветствуются.</li> <li>• Большие списки и таблицы разбивать на 2 слайда.</li> </ul>
<b>Оптимизация и расположение графической информации</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• В презентации желательно размещать только оптимизированные (обработанные и уменьшенные по размеру, но не качеству) изображения.</li> <li>• Материалы располагаются на слайдах так, чтобы слева, справа, сверху, снизу от края слайда оставались свободные поля.</li> <li>• Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда.</li> <li>• Иллюстрации рекомендуется сопровождать пояснительным текстом.</li> <li>• Рисунки, фотографии, диаграммы призваны дополнить текстовую информацию или передать её в более наглядном виде;</li> <li>• Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки, если они не являются частью стилевого оформления.</li> </ul>
<b>Оформление таблиц</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• У каждой таблицы должно быть название, или таким название может служить заголовок слайда.</li> <li>• Элементы таблицы и сам текст должны быть хорошо читаемы издали.</li> <li>• Рекомендуется использовать контраст в оформлении шапки и основных данных таблицы.</li> </ul>
<b>Оформление диаграмм</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• У диаграммы должно быть название или таким названием может служить заголовок слайда.</li> <li>• Диаграмма должна занимать примерно 50-75% всего слайда.</li> <li>• Линии и подписи должны быть хорошо видны.</li> <li>• Цвета секторов диаграммы должны быть контрастными цветами.</li> </ul>
<b>Звуковая информация</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчёркивать особенность темы слайда, презентации.</li> <li>• Не рекомендуется использовать стандартные для PowerPoint звуки (особенно звук печатной машинки – сильно отвлекает и через некоторое время прослушивания даже вызывает негативную реакцию).</li> </ul>
<b>Рекомендации по оформлению списка литературы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Соблюдайте авторские права. Обязательно размещайте в презентации ссылки на источники использованных материалов.</li> <li>• Возможны следующие варианты расположения списка литературы в списке:</li> </ul>

	<p>а. <b>алфавитное</b> – означает, что выдерживается строгий алфавитный порядок заголовков библиографического описания (авторов и заглавий). Этот способ расположения записей аналогичен расположению карточек в алфавитном каталоге библиотек. Отдельно выстраивается алфавитный ряд на кириллице (русский язык, болгарский и т. п.) и ряд на языках с латинским написанием букв (английский, французский, немецкий и т. п.);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Библиографическое описание</b> на книгу или любой другой документ составляется по определенным правилам.</li> <li>• Рекомендуемая структура и состав одноуровневого библиографического описания: Автор. Заглавие: сведения, относящиеся к заглавию (см. на титуле) / сведения об ответственности (авторы); последующие сведения об ответственности (редакторы, переводчики, коллективы). - Сведения об издании (информация о переиздании, номер издания). - Место издания: Издательство, Год издания. - Объем. - (Серия).</li> </ul>
<b>Основные ошибки в оформлении презентаций</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• отсутствие титульного листа;</li> <li>• в заголовках слайдов присутствует точка (точка не должна ставиться);</li> <li>• отсутствие интуитивно понятной навигации по слайдам;</li> <li>• слишком пёстрые фоны, на которых не виден текст;</li> <li>• наличие большого количество текста на одном слайде, в особенности мелкого;</li> <li>• присутствие множества неоправданных различных технических эффектов (анимации), которые отвлекают внимание от содержательной части</li> <li>• использование курсива для большого блока текста (затрудняет и замедляет скорость чтения и восприятия текста);</li> <li>• использование заглавных букв для большого блока текста.</li> </ul>
<b>Критерии правильности оформления образовательных презентаций</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• полнота раскрытия темы;</li> <li>• структуризация информации;</li> <li>• наличие и удобство навигации;</li> <li>• отсутствие грамматических, орфографических и речевых ошибок;</li> <li>• отсутствие фактических ошибок, достоверность представленной информации;</li> <li>• логичное размещение и комплектование объектов;</li> <li>• единый стиль слайдов.</li> </ul>

### Методические указания по подготовке рефератов

Реферат — письменная работа по определенной научной проблеме, краткое изложение содержания научного труда или научной проблемы. Он является действенной формой самостоятельного исследования научных проблем на основе изучения текстов, специальной литературы, а также на основе личных наблюдений, исследований и практического опыта. Реферат помогает выработать навыки и приемы самостоятельного научного поиска, грамотного и логического изложения избранной проблемы и способствует приобщению студентов к научной деятельности.

Последовательность работы:

1. Выбор темы исследования. Тема реферата выбирается студентом на основе его научного интереса. Также помощь в выборе темы может оказать преподаватель.
2. Планирование исследования. Включает составление календарного плана научного исследования и плана предполагаемого реферата. Календарный план

исследования включает следующие элементы: выбор и формулирование проблемы, разработка плана исследования и предварительного плана реферата; сбор и изучение исходного материала, поиск литературы; анализ собранного материала, теоретическая разработка проблемы; сообщение о предварительных результатах исследования; литературное оформление исследовательской проблемы; обсуждение работы (на семинаре и т. п.).

План реферата характеризует его содержание и структуру. Он должен включать в себя: введение, где обосновывается актуальность проблемы, ставятся цель и задачи исследования; основная часть, в которой раскрывается содержание проблемы; заключение, где обобщаются выводы по теме и даются практические рекомендации.

3. Поиск и изучение литературы. Для выявления необходимой литературы следует обратиться в библиотеку или к преподавателю. Подбранную литературу следует зафиксировать согласно ГОСТ по библиографическому описанию произведений печати.

Для разработки реферата достаточно изучение 4-5 важнейших статей по избранной проблеме. При изучении литературы необходимо выбирать материал, не только подтверждающий позицию автора реферата, но и материал для полемики.

4. Обработка материала. При обработке полученного материала автор должен: систематизировать его по разделам; выдвинуть и обосновать свои гипотезы; определить свою позицию, точку зрения по рассматриваемой проблеме; уточнить объем и содержание понятий, которыми приходится оперировать при разработке темы; сформулировать определения и основные выводы, характеризующие результаты исследования; окончательно уточнить структуру реферата.

5. Оформление реферата. При оформлении реферата рекомендуется придерживаться следующих правил: Следует писать лишь то, чем автор хочет выразить сущность проблемы, ее логику; Писать строго последовательно, логично, доказательно (по схеме: тезис – обоснование – вывод); Писать ярко, образно, живо, не только вскрывая истину, но и отражая свою позицию, пропагандируя полученные результаты; Писать осмысленно, соблюдая правила грамматики, не злоупотребляя наукообразными выражениями.

Реферат выполняется в соответствии с требованиями стандартов, разработанных для данного вида документов. Работа должна быть выполнена на белой бумаге стандартного листа А4. Текст должен быть отпечатан на компьютере в текстовом редакторе Microsoft Word и отвечать следующим требованиям: параметры полей страниц должны быть в пределах: верхнее и нижнее – по 20 мм, правое – 10 мм, левое – 30 мм, шрифт – Times New Roman, размер шрифта – 14, межстрочный интервал – полуторный. Лента принтера – только чёрного цвета. Нумерация страниц в реферате должна быть сквозной, начиная с третьей страницы. Номер проставляется арабскими цифрами вверху каждой страницы справа.

## **8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.**

### **Виды контроля:**

- Текущий – проверка домашних заданий, конспектов, рефератов; работа на практических занятиях.
- Промежуточный – тестирование; контрольная работа.
- Итоговый – экзамен.

Согласно Положению о балльно-рейтинговой системе оценки знаний студентов, оценка на экзамене складывается из следующих показателей:

Форма контроля	Мин. кол-во баллов	Макс. кол-во баллов
<b>Текущая оценка</b> студента в течение 1-8 недели состоит из:	<b>0</b>	<b>25</b>
- изучения лекционного материала;		5
- выполнения заданий на практических занятиях;		5
- самостоятельной работы на дистанционной площадке Moodle;		5
- выполнения домашних заданий;		5
- посещаемости.		5
<b>1 рубежное тестирование</b>	<b>0</b>	<b>25</b>
<b>Текущая оценка</b> студента в течение 9-20 недели состоит из:	<b>0</b>	<b>25</b>
- изучения лекционного материала;		5
- выполнения заданий на практических занятиях;		5
- самостоятельной работы на дистанционной площадке Moodle;		5
- выполнения домашних заданий;		5
- посещаемости.		5
<b>2 рубежное тестирование</b>	<b>0</b>	<b>25</b>
<b>Итого</b>	<b>0</b>	<b>100</b>

#### Вопросы к экзамену

1. Значение, задачи и методы психогигиены.
2. Основополагающие признаки психогигиены. Задачи и методы.
3. Понятие о психическом и психологическом здоровье. Психическое здоровье школьников и факторы, на него влияющие.
4. Школьные факторы риска
5. Анатомо-физиологические и психофизиологические особенности детей младшего школьного возраста.
6. Состояние здоровья школьников и учителей республики РСО-Алания.
7. Личностные особенности школьников и их связь с состоянием психического здоровья. Типы темперамента
8. Индивидуальный подход –важный фактор психогигиены.
9. Индивидуализация педагогических воздействий учителя.
10. Доклинические формы нервно-психических нарушений у детей
11. Общие принципы оценки здоровьесберегающей деятельности.
12. Формирование культуры здоровья. Мониторинг состояния здоровья детей.
13. Неврозы в младшем школьном возрасте. Формы неврозов.
14. Школьные стрессы и дидактогении.
15. Организация питания и дополнительных занятий детей.
16. Методические подходы к использованию критериев оценки здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений.
17. Гигиеническая оценка режима дня.
18. Психогигиенические требования к организации учебной деятельности школьников.



19. Комплексная система оценки в здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений.
20. Гигиенические требования к расписанию уроков.
21. Гигиеническая оценка урока. Значение, задачи и роль валеологии в современной школе.
22. Понятие «школьная зрелость» и способы ее диагностики.
23. Работа с родителями по охране психического здоровья детей
24. Понятие о здоровье и здоровом образе жизни.
25. Содержание диагностической работы по оценке психического здоровья ребенка.
26. Кратко охарактеризуйте основные технологии сохранения психического здоровья ребенка.
27. Раскройте технологию создания положительного психологического климата вокруг детей с ослабленным здоровьем, с недостатками физического и функционального развития.
28. Содержание диагностической работы по оценке социального здоровья детей.
29. Профилактика профессионального выгорания педагога
30. Работа психолога по профилактике вредных привычек.

## 8.2. Тестовые вопросы для контроля знаний, подготовки к экзамену.

1. Как называется раздел медицины, изучающий пути создания условий для сохранения и укрепления здоровья?  
**А) гигиена**  
Б) психология  
В) валеология  
Г) физиология
2. Как называется наука об индивидуальном здоровье и методах его поддержания и укрепления?  
А) гигиена  
Б) психология  
**В) валеология**  
Г) физиология
3. Максимально допустимое количество часов при 6-дневной неделе для учащихся 1 класса составляет:  
a. 25 ч  
b. 31 ч  
**с. 22 ч**  
d. 20 ч
4. Для учащихся 2-4 классов максимально допустимое количество часов в учебную неделю (при 6-дневной неделе) составляет:  
**a. 25 ч**  
b. 31 ч  
с. 22 ч  
d. 20 ч
5. Показателями рациональной организации учебного процесса не являются:  
a. Количество уроков и их продолжительность  
b. Динамические паузы и уроки физической культуры  
**с. Хороший аппетит учащихся**  
d. Чередование сложных предметов с более легкими
6. Самой низкой работоспособность учащихся наблюдается в :

- a. понедельник
- b. вторник
- c. четверг
- d. пятницу**

7. Высокая работоспособность учащихся наблюдается в :

- a. понедельник
- b. вторник
- c. среда**
- d. пятницу

8. Наиболее трудные предметы рекомендуется включать в расписание:

- a. Первым уроком
- b. Вторым уроком**
- c. третьим**
- d. четвертым

9. Негативное влияние на учащихся оказывают следующие качества:

- a. Равнодушие**
- b. сопереживание
- c. толерантность
- d. способность к рефлексии

10. Негативное влияние на учащихся оказывают следующие качества:

- a. Импульсивность**
- b. Требовательность
- c. толерантность
- d. способность к рефлексии

11. Положительное влияние на учащихся оказывают следующие качества:

- a. толерантность**
- b. Равнодушие
- c. Эмоциональная холодность
- d. способность к рефлексии**

12. Положительное влияние на учащихся оказывают следующие качества:

- a. авторитарность
- b. Равнодушие
- c. Эмоциональная холодность
- d. способность к рефлексии**

13. Утомление это - \_\_\_\_\_

14. Выберите критерий, не относящийся к состоянию утомления:

- e. Требуется длительного отдыха**
- f. Временное ухудшение функционального состояния организма
- g. Снижение работоспособности
- h. Охранительная и защитная реакция организма

15. Не вызывают утомление учащихся следующие факторы:

- a. Смена различных видов учебной деятельности на уроке**
- b. Левополушарный перекос содержания учебных программ и методов преподавания

- c. Переполнение классов учащимися  
d. Несоблюдение гигиенических условий
16. Переутомление это \_\_\_\_\_ .
17. Установите соответствие между состоянием утомления и переутомления и их признаками:
- А) Утомление                      1. резкое и длительное снижение работоспособности  
    2. снижение иммунитета
- Б) Переутомление                3. **снижение внимания**  
    4. **сонливость**  
    5. **временное снижение работоспособности**  
    6. лечебные процедуры
18. Установите соответствие между распространенными состояниями у современных школьников и их характеристикой
- А. Астено-невротическое            1. частые ошибки в работе  
    2. повышенная тревожность
- Б) Тревожно-дискомфортные        3. **ухудшение памяти**  
    4. пассивность и проявление равнодушия к предмету
19. Установите соответствие между деятельностью коры больших полушарий:
- А) Правое полушарие                1. навыки письма, чтения, разговора  
    2. **отвечает за целостное и эмоциональное восприятие**
- Б) Левое полушарие                3. **образное мышление и эмоциональное поведение**
4. позволяет воспроизводить текст и другую информацию.
20. Раздел гигиены, касающийся разработок мероприятий по сохранению и укреплению психического здоровья человека называется \_\_\_\_\_ .
21. Разработкой мероприятий по сохранению и укреплению нервно-психического здоровья человека занимается :
- a. физиология  
b. валеология  
c. **психогигиена**  
d. гигиена
22. Основоположителем науки о здоровье является:
- a. Бехтерев В.М.  
b. **Брехман И.И.**  
c. Сеченов И.М.  
d. Павлов Н.П.
23. Латентные психогенные воздействия – это \_\_\_\_\_  
.....
24. К латентным психогенным воздействиям на здоровье учащихся относятся:
- a. **Монотонная речь учителя**  
b. **Плохое освещение классной комнаты**  
c. Вирусы и бактерии  
d. Физическое воздействие на учащихся
25. К латентным психогенным воздействиям **не относятся**:
- a. **Стрессовая педагогическая тактика**  
b. Неулыбчивость учителя  
c. Часто проявляющаяся на лице учителя злость и презрение  
d. Громкий голос учителя

25. Гемисферология – это раздел медицины и психофизиологии, который изучает \_\_\_\_\_.
26. Раздел психофизиологии, изучающий функции каждого полушария и их взаимодействие называется:
- а. гигиена
  - б. нейрофизиология
  - с. ВНД
  - д. Гемисферология**
27. Наука, на основе которой строятся рекомендации по оптимальной организации образа жизни, режима дня, охране и укреплению здоровья называется:
- а. гигиена
  - б. валеология
  - с. биоритмология**
  - д. санитария
28. Периоды наибольшей умственной и творческой работоспособности приходятся на:
- а. 6-10 ч
  - б. 10-12 ч**
  - с. 16-18 ч**
  - д. 20 - 22ч
29. В соответствии с циркадными биоритмами всех людей делят на :
1. \_\_\_\_\_
  2. \_\_\_\_\_
  3. \_\_\_\_\_
30. В соответствии с индивидуальными особенностями восприятия всех учащихся можно разделить на :
1. \_\_\_\_\_
  2. \_\_\_\_\_
  3. \_\_\_\_\_
1. Все серьезные дела «Жаворонкам» лучше планировать :
- а. На первую половину дня**
  - б. На вторую половину дня
  - с. На ночь
2. Психологическое воздействие школьные стрессов проявляется в трех основных формах
1. \_\_\_\_\_
  2. \_\_\_\_\_
  3. \_\_\_\_\_
33. Психотравмы, нанесенные учащимся педагогами, образовательным процессом в целом называются:
- е. стресс**
  - ф. невроз
  - г. дидактогении
  - h. психоз
34. Причиной дидактогении не могут быть:
- а. Не рациональное питание**
  - б. Грубые, оскорбительные высказывания педагогов в адрес ученика
  - с. Эмоциональная несдержанность учителя
  - д. Несправедливость в выставлении оценок

### 35. Заполни таблицу использование ТСО

Классы	Длительность просмотра (минут)		
	диафильмы	кинофильмы	телепередачи
1-2			
3-4			
5-7			

#### Заполни таблицу «рациональная организация режима дня»

Элементы режима дня	1 класс (часы)	10-класс (часы)
Сон ( включая дневной)		
Прогулки		
Школа (учебные занятия)		
Домашние задания (приготовление )		
Занятия по интересам		

а.

#### *Темы для дискуссии*

1. Особенности детского организма
2. Как сохранить здоровье ребенка
3. «Как влияют психотропные вещества на организм человека?»

Дискуссия – метод интерактивного обучения, особая технология: в высшей школе активизирует процесс изучения сложной темы, теоретической проблемы.

Обучающий эффект дискуссии определяется предоставляемой участнику возможности получить разнообразную информацию от собеседников, показать и повысить свою компетентность, проверить свои представления и взгляды на проблему, применить свои знания.

Преимущество дискуссии перед другими формами состоит в том, что она как вид диалогического общения располагает значительными возможностями для реализации в учебном процессе идей проблемного обучения; позволяет организовать живое общение всех или большинства участников в обсуждении вопроса, предполагает напряжение мысли, которое возникает в раздумьях, в столкновениях различных точек зрения; стимулирует речевую активность и самостоятельность суждений. Развивающая функция дискуссии связана со стимулированием творчества, повышением коммуникативной активности обучающихся.

К условиям эффективного проведения дискуссии относятся:

- 1) подготовленность участников;
- 2) правильное употребление понятий, их единообразное понимание;
- 3) корректность поведения участников;
- 4) установление регламента их выступлений;
- 5) включенность каждого в дискуссию.

Активная включенность студентов в учебный процесс имеет и профессиональную направленность, они получают опыт ведения дискуссии, у них формируется позитивная оценка неограниченных возможностей естественного общения.

Критерий оценивания дискуссии:

«Отлично» ставится, если аспирант ясно изложил суть обсуждаемой темы, проявил логику изложения материала, представил аргументацию и отстаивал собственную точку зрения, ответил на вопросы участников дискуссии.

«Хорошо» ставится, если аспирант полностью раскрыл суть обсуждаемой темы, но не проявил достаточной логики изложения материала, неверно ответил на 1-2 вопроса.

«Удовлетворительно» ставится, если аспирант не полностью изложил суть обсуждаемой темы, не ориентировался в представленном материале, была нарушена логическая последовательность в изложении материала, не представлены аргументы, даны неверные ответы на вопросы участников дискуссии.

«Неудовлетворительно» ставится, если аспирант плохо понимает суть обсуждаемой темы, не смог логично и аргументированно участвовать в обсуждении.

**Эссе** (из фр. «essai» – «попытка», «проба», «очерк»; от лат. «exagium» – «взвешивание») – прозаическое сочинение-рассуждение небольшого объема со свободной композицией, изложенное в жанре критики, публицистики, свободной трактовки какой-либо проблемы. Оно выражает индивидуальные впечатления и соображения по конкретному вопросу и заведомо не претендует на определяющую или исчерпывающую трактовку предмета изучения. Как правило, эссе предполагает новое, субъективно окрашенное мнение о чём-либо и может иметь философский, историко-биографический, публицистический, литературно-критический, научно-популярный характер.

Эссе – это самостоятельная письменная работа на тему, предложенную преподавателем (тема может быть предложена и аспирантом, но обязательно должна быть согласована с педагогом). Цель написания эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. Писать эссе чрезвычайно полезно, поскольку это позволяет автору научиться чётко и грамотно формулировать мысли, структурировать информацию, использовать основные категории анализа, выделять причинно-следственные связи, иллюстрировать понятия соответствующими примерами, аргументировать выводы.

#### **Темы для написания эссе:**

1/ Почему мне необходимы знания по возрастной анатомии и физиологии

2/ Как знания по возрастной анатомии и физиологии могут обеспечить качество образования и сохранить здоровье обучающихся.

Эссе должно содержать чёткое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария, рассматриваемого в рамках дисциплины, выводы, обобщающую авторскую позицию по поставленной проблеме.

#### **Темы для написания рефератов**

1. *Влияние наследственности на рост и развитие детского организма*
4. *Влияние окружающей среды на рост и развитие.*
5. *Значение сна и его механизмы*
6. *Память и виды памяти.*
7. *Детские неврозы*

Содержание реферата студент докладывает на в течение 10—15 минут должен кратко изложить основные положения своей работы. После доклада автор отвечает на вопросы, затем выступают оппоненты, которые заранее познакомились с текстом реферата, и отмечают его сильные и слабые стороны.

Как правило, реферат имеет стандартную структуру: титульный лист, содержание, введение, основное содержание темы, заключение, список использованных источников, приложения.

Оценивается оригинальность реферата, актуальность и полнота использованных источников, системность излагаемого материала, логика изложения и убедительность аргументации, оформление, своевременность срока сдачи, защита реферата перед аудиторией.

При своевременной защите работа оценивается наивысшим баллом, при опоздании на 1 неделю балл снижается на 2, при опоздании на 2 недели балл снижается еще раз на 2. При опоздании более чем на 2 недели работа не оценивается.

Критерий оценивания рефератов:

«Отлично» ставится, если аспирант ясно изложил суть обсуждаемой темы, проявил логику изложения материала, представил аргументацию и отстаивал собственную точку зрения, ответил на вопросы участников дискуссии.

«Хорошо» ставится, если аспирант полностью раскрыл суть обсуждаемой темы, но не проявил достаточной логики изложения материала, неверно ответил на 1-2 вопроса.

«Удовлетворительно» ставится, если аспирант не полностью изложил суть обсуждаемой темы, не ориентировался в представленном материале, была нарушена логическая последовательность в изложении материала, не представлены аргументы, даны неверные ответы на вопросы участников дискуссии.

«Неудовлетворительно» ставится, если аспирант плохо понимает суть обсуждаемой темы, не смог логично и аргументированно участвовать в обсуждении.

## **9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **А) Основная литература:**

1. Кокаева И.Ю., Ярычев Н.У. Педагогическая психогигиена. Учебное пособие; Грозный: Изд-во ЧГУ, 2019. 168с.
2. Кокаева И.Ю. Психозмоциональное здоровье младших школьников и условия его сохранения в современной начальной школе (монография) Под ред. докт. пед. наук, проф. Б.А. Тахохова, Владикавказ: Изд-во СОГУ, 2019. 220с.

### **Дополнительная литература:**

3. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. Приказ № 189 от 29.12.2010. СанПиН 2.4.2. 2821– 10. с изменениями на 2016 год[Электронный ресурс] URL: <http://rospotrebnadzor.ru/news> (дата обращения: 28.12. 2018).
4. Кокаева И.Ю. Развитие регионального образовательного пространства как фактор сохранения и укрепления здоровья младших школьников (монография) Под ред. докт. пед. наук, проф. Б.А.Тахохова; Владикавказ: Изд-во СОГПИ, 2010. 210с.
5. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, А. В. Лебедев, Н. И. Айзман, В. Б. Рубанович ; под общей редакцией Р. И. Айзмана. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 207 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12545-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://biblio-online.ru/bcode/447790> (дата обращения: 09.09.2019).

### **в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы**

Обеспечен доступ к современным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам (библиотека СОГУ):

- библиотеке e-library,
  - электронной библиотеке диссертаций РГБ, biblioclub,
  - университетской библиотеке online;
- собственным библиографическим базам данных:
- электронному каталогу.

### **г) методические указания, разработанные составителями Рабочей программы.**

**Методические рекомендации по работе на дистанционной площадке Moodle** находятся на сайте СОГУ URL: <http://dist-edu.nosu.ru>.

## **10. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

**Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа:** преподавательский стол; стул; столы обучающихся; стулья; кафедра; классная доска, мультимедийный комплекс (проектор, экран), ноутбук, колонки, программное обеспечение: Windows 10 ProforWorkstations; OfficeStandard; Антивирусное программное обеспечение KasperksyTotalSecurity; Услуги связи (доступ к сети Интернет); Услуги видеосвязи (CiscoWebex, Скайп, Zoom, Windows teams и др.); Площадка дистанционного обучения Moodle (lms.nosu.ru); демонстрационные и учебно-наглядные пособия (видеопрезентация).

**Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также самостоятельной работы обучающихся:** преподавательский стол; стул; столы обучающихся; стулья; кафедра; классная доска, мультимедийный комплекс (проектор, экран), ноутбук, колонки, программное обеспечение: Windows 10 ProforWorkstations; OfficeStandard; Антивирусное программное обеспечение KasperksyTotalSecurity; Услуги

связи (доступ к сети Интернет); Услуги видеосвязи (CiscoWebex, Скайп, Zoom, Windows teams и др.); Площадка дистанционного обучения Moodle (lms.nosu.ru); демонстрационные и учебно-наглядные пособия (видеопрезентация).

**Лаборатории: компьютерные классы:** преподавательский стол, преподавательский стул, столы обучающихся, стулья, классная доска, мультимедийный комплекс (проектор, экран), колонки, ПК преподавателя, ПК обучающихся, программное обеспечение: Windows 10 ProforWorkstations; OfficeStandard; Система тестирования SunravWebClass; Антивирусное программное обеспечение KasperksyTotalSecurity; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»; Программа для ЭВМ «Банк вопросов для контроля знаний» (Разработка СОГУ); Услуги связи (доступ к сети интернет); Услуги видеосвязи (CiscoWebex, Скайп, Zoom, Windows teamsи др.).

**Библиотека, в том числе читальный зал:** столы, стулья, ПК обучающихся, программное обеспечение: Консультант+ ; Гарант; Электронная библиотека диссертации и авторефератов РГБ (ЭБД РГБ) (<https://dvs.rsl.ru>); ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» (<https://biblioclub.ru>); ЭБС «Научная электронная библиотека eLibrary.ru» (<http://elibrary.ru>); ЭБС «Консультант студента» (<http://www.studentlibrary.ru> ); ЭБС «Юрайт» ([www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru)).

## **11. Лист обновления/актуализации**

Программа обновлена.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры НИДО от «01» июля 2019 г. протокол № № 11.

Программа одобрена на заседании совета психолого-педагогического факультета от «02» июля 2019 г. протокол № 10).