

**Задания бакалаврам по дисциплине
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ**

Направление подготовки

44.03.03 – Специальное (дефектологическое) образование

Профиль подготовки

Логопедия

1 задание: написать в тетрадь краткие ответы на вопросы к семинарским занятиям

Тема 1. Современные гендерные здоровьесберегающие программы

О природе гендерных различий. Гендерные различия в деятельности мозга.

Социально-психологические факторы, влияющие на психофизиологическое развитие детей.

Тема 2. Принципы построения современных здоровьесберегающих программ

Поддержание интереса к двигательной и познавательной активности.

Учет познавательной активности в двигательной деятельности.

Единство физического и психического развития.

Принцип целостности человека, его психосоматического, социокультурного единства: самореализация, саморазвитие и творчество, гармония человека.

Принцип непрерывности физического воспитания и образования личности на всех этапах жизнедеятельности. Принцип дифференцированного подхода к организации мероприятий по развитию психофизической культуры.

Учет возрастно-половых особенностей учащихся и воспитанников в содержании учебного материала.

Тема 3. Современные здоровьесберегающие программы для работы с последствиями обычных, трудных и экстремальных ситуаций

Здоровьесберегающие технологии в преодолении последствий обычных, трудных и экстремальных ситуаций.

Здоровьесберегающие программы, основанные на нейропсихологическом и телесно-ориентированном подходах.

Здоровьесберегающие программы, направленные на формирование психогигиенических навыков.

Тема 4. Современные здоровьесберегающие программы, базирующиеся на уровненом подходе

Развивающе-коррекционные программы, ориентированные на формирование и гармонизацию базовых составляющих психического развития ребенка.

Система развивающе-коррекционной работы, базирующаяся на уровненом подходе к аффективной регуляции поведения и сознания.

Здоровьесберегающие технологии, направленные на преодоление негативных последствий трудных и экстремальных жизненных ситуаций.

Здоровьесберегающие технологии, сосредоточенные на создании и поддержании оптимального психологического климата в образовательном учреждении и группе.

2 задание: выполните тестовые задания

Уровень А – вопросы с одним ответом

1. Психология здоровья – это: а) наука о предупреждении возникновения психических расстройств; б) наука о причинах возникновения заболеваний и их профилактике; в) наука об индивидуальном здоровье человека; г) наука о психологических

причинах здоровья, о методах и средствах его сохранения, укрепления и развития; ретроспективная наука, которая ищет причины уже существующей болезни.

2. В рамках «Психологии здоровья» психическое здоровье рассматривается как: а) присутствие определенного ряда достоинств в структуре личности, как способность к постоянному развитию и обогащению личности; б) отсутствие недостатков в структуре личности; в) отсутствие признаков дезадаптации; г) отсутствие каких-либо психических нарушений у человека.

3. Биопсихосоциальная модель развития заболеваний предложена: а) З. Фрейдом в начале XX столетия; б) Гиппократом в V в. до н. э.; в) В. Н. Мясищевым в 50-х гг. XX столетия; г) Д. Энджелом в 70-х гг. XX столетия; д) В. М. Бехтеревым в начале XX столетия.

4. Объектом психологии здоровья как науки является: а) «больная» личность; б) «здоровая» личность; в) «выздоровливающая» личность; г) личность непосредственно перед тем, как заболеть.

5. Исходно словосочетание «личностный рост» было предложено: а) К. Роджерсом; б) А. Маслоу; в) Б. Г. Ананьевым; г) А. Линкольном; д) Сократом.

Уровень Б – вопрос с точным ответом (ответом на вопрос будет слово, словосочетание или число)

1. Концепция алекситимии дословно обозначает...

2. Наука об измерении здоровья называется...

3. Согласно принятой модели биопсихосоциального происхождения заболеваний человека, ответственность за болезнь лежит на...

4. Психология здоровья – это наука о ... причинах здоровья, о методах и средствах его сохранения, укрепления и развития.

5. ... – это отклонение от программы, записанной природой в генетической матрице человека, сигнализирующей ему об этом.

Уровень В – вопрос с множественным выбором

1. Наибольший риск развития психосоматических заболеваний имеют люди, обладающие чертами: а) визуально ориентированного типа; б) дискретного типа; в) кинестетически ориентированного типа; г) аудиально ориентированного типа.

2. Определите задачи психологии здоровья: А. повышение уровня психологической культуры; Б. коррекция дезадаптивного поведения человека; В. повышение уровня культуры общения; Г. определение путей и условий для самореализации; Д. раскрытие творческого и духовного потенциала; Е. о методах и средствах лечения.

3. Виды психокоррекционных циклов: А. дифференцированные циклы игр; Б. специализированные занятия; В. лекционные занятия; Г. комбинированные занятия

4. Свободное рисование на стенах необходимо для: А. работы с детьми с проблемами; связанными с личностным ростом; Б. для диагностики психического статуса; В. для развития способности к рефлексии; Г. развития творчества; раскрепощения; Д. снятия агрессии.

5. Выделите критерии психологического здоровья (по А. Эллису): А. Общественный интерес; Б. жертвует собой ради тех, о ком заботится, но разумно; В. Стремление обвинять других или социальные условия; Г. Высокая фрустрационная устойчивость; Д. Принятие неопределенности; Е. Ориентация на творческие планы.

Уровень Г – вопрос на соответствие

1. Соотнесите модели определения здоровья (П.И. Каль) и их характеристики

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| А. отсутствие у человека органических нарушений и субъективных ощущений нездоровья | А. Ценностно-социальная |
| Б. отсутствие болезней и их симптомов, при этом упор делается на медицинские признаки и характеристики | Б. Биомедицинская |
| В. биологические и социальные признаки в единстве, но при ведущей роли последних | В. Медицинская |
| Г. ценная, необходимая предпосылка для полноценной жизни | Г. Биосоциальная |

2. Соотнесите авторов и определение здоровья, которые они дали:

| | |
|------------------------------------------------------------------------|----------------|
| А. динамическое равновесие организма и его функций с окружающей средой | А. Г. Олпорт |
| Б. способность к полноценному выполнению основных социальных функций | Б. Гиппократ |
| В. отсутствие болезней, болезненных состояний, болезненных изменений | В. У. Кеннон |
| Г. обретаемая индивидом в процессе его становления целостность | Г. Г. Сигерист |

3. Соотнесите основные линии развития и утверждения, которые их отражают:

| | |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| А. Физическая | А. Актуальный уровень знаний и умений, общее интеллектуальное развитие, сенсорное развитие, выраженность познавательного интереса и пр. |
| Б. Социальная | Б. Основные движения, развитие двигательной сферы; развитие ручной и мелкой моторики, наличие физических недостатков и болезней |
| В. Познавательная | В. Преобладающий эмоциональный фон; возможности произвольного поведения, способности, самооценки и т.д. |
| Г. Личностно-эмоциональная | Г. Формы общения; способы усвоения общественного опыта; умение общаться со сверстниками и взрослыми; стремление к лидерству |

4. Соотнесите авторов и определение психического здоровья, которые они дали:

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| А. собственная жизнеспособность индивида, обеспеченная полноценным развитием и функционированием психического аппарата | А. В.И. Слободчиков |
| Б. соответствие психического развития возрастными нормам | Б. С.М. Громбах |
| В. соответствие физических и психических реакций силе и частоте внешнего раздражителя | В. Г.С. Никифоров |
| Г. соответствие субъективных образов отражаемым объектам действительности | Г. В.В. Горин |

5. Определите тип обследования ребенка с нарушением в развитии (М.М. Семаго):

| | |
|--------------------|---------------------------------------------------------------|
| А. Соматическое | А. выявление микросимптоматики |
| Б. Параклиническое | Б. выявление отклонений в НПП, описание внешнего вида ребенка |
| В. Неврологическое | В. лабораторные исследования, ЭЭГ, РЭГ, аутография |

Уровень Д – вопрос на упорядочивание

1. Расположите в правильной последовательности этапы комплексного изучения (по У.В. Ульяновской): 1) Перед выпуском детей в школу. 2) При комплектовании групп. 3) Обследование для уточнения и дополнения ранее полученных сведений о детях.
2. Расположите правильно стадии диагностической схемы для установления зоны ближайшего развития и разработки меры помощи в зависимости от вариаций дефектов: 1) Симптоматическая (эмпирическая) диагностика. 2) Прогноз. 3) Выработка психолого-педагогических рекомендаций. 4) Подготовительный. 5) Типологическая диагностика. 6) Причинная диагностика.
3. Расположите правильно стадии психопатологического обследования: 1) Синдромологическая. 2) Симптомологическая. 3) Установления клинической формы и типа течения заболевания. 4) Диагноз болезни.
4. Определите очередность предъявляемых методик в процессе обследования дошкольников: 1) упражнения, подвижные игры; 2) словесные задания; 3) «личностные» методики и задания; 4) методики, направленные на диагностику уровня познавательного развития; 5) словесные задания.
5. Правильно расположите этапы «7 шагов решения проблемы в режиме диалога» (по А. Витковскому): 1) Помочь определить, как делать. 2) Заметить эмоциональное состояние ребенка. 3) Помочь ему увидеть свою проблему. 4) Помочь определить свое к ней отношение. 5) Стимулировать выбор ребенком варианта решения. 6) Стимулировать выработку им плана действия. 7) Помочь определить, что делать.

3 задание: написать в тетрадь краткие ответы на вопросы к зачету

| № | Формулировка вопроса |
|-----|--------------------------------------------------------------|
| 1. | Понятие о здоровьесберегающих технологиях. |
| 2. | Здоровьесберегающие программы. |
| 3. | Понятие, задачи и структура психогигиены. |
| 4. | Направления психогигиены. |
| 5. | Возрастная психогигиена. |
| 6. | Психогигиена труда и обучения. |
| 7. | Психогигиена быта. |
| 8. | Психогигиена семьи и половой жизни. |
| 9. | Психогигиена больного человека. |
| 10. | Методы психогигиены. |
| 11. | Психопрофилактика, связь с психогигиеной. |
| 12. | Исторический обзор становления психогигиены. |
| 13. | Психогигиеническая служба. |
| 14. | Виды и основные направления психопрофилактики. |
| 15. | Специфическая психогигиена. |
| 16. | Составление комплекса психогигиенических мер. |
| 17. | Психогигиена в трудных жизненных ситуациях. |
| 18. | Основные направления психопрофилактики на современном этапе. |
| 19. | Механизмы психологической защиты. |
| 20. | Психологическая защита в экстремальных ситуациях. |
| 21. | Понятие, виды, способы саморегуляции. |
| 22. | Социология интеллекта. |
| 23. | Понятие психического здоровья субъекта. |

| | |
|-----|-------------------------------------------------|
| 24. | Здоровье как системное понятие. |
| 25. | Критерии психического и социального здоровья. |
| 26. | Физическое, психическое и социальное здоровье. |
| 27. | Адаптационные резервы организма. |
| 28. | Здоровье и гармония. |
| 29. | Гармония личности как гуманитарная проблема. |
| 30. | Духовное бытие и смысл жизни личности. |
| 31. | Психология профессионального здоровья. |
| 32. | Вера как опора психологической устойчивости. |
| 33. | Понятие «здоровый образ жизни». |
| 34. | Концепция сексуального здоровья. |
| 35. | Перинатальная психология и психотерапия. |
| 36. | Внутренняя картина здоровья детей и подростков. |

4 задание: Разработка Кодекса здоровья и Проекта «Мое личное портфолио здоровья»

Учебная литература и другие информационные источники

а) основная литература

Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособие для студентов учреждений высш. проф. образования / А. М. Митяева. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Академия, 2012. – 203 с. – (Высшее профессиональное образование. Педагогическое образование. Бакалавриат).

б) дополнительная литература

Велиева, С. В. Здоровьесберегающие технологии [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / С. В. Велиева. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2012. – Режим доступа: <http://biblio.chggu.edu.ru/>.

Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе / авт.-сост. С. А. Цабыбин. – Волгоград : Учитель, 2009. – 172 с. – (В помощь администрации школы).

Казакова, Т. Н. Технологии здоровьесбережения в образовательном учреждении : метод. пособие / Т. Н. Казакова. – Москва : Чистые пруды, 2007. – 30 с. – (Библиотечка "Первого сентября". Серия "Здоровье детей"; вып. 4 (16)).

Митяева, А. М. Здоровый образ жизни : [учеб. пособие для вузов по спец. 050711 (031300) – Социал. педагогика] / А. М. Митяева. – Москва : Академия, 2008. – 140 с. – (Высшее профессиональное образование. Педагогика здоровья).

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

<http://www.mesi.ru/joe/>; <http://www.sport.iatp.org.ua>; <http://www.rambler.ru/srch?>; <http://health.best-host.ru>; <http://www.shkolnymir.info/>.