



О. Л. Лойко

# **Валеологическое портфолио студента**

УДК 378.091.6(075.8)

ББК 74.58я73

Л68

Печатается по решению редакционно-издательского совета (протокол № 5 от 27.06.2017 г.)

Рецензенты:

кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры социальной работы БГПУ *С. Я. Ярмолич*;  
кандидат педагогических наук, доцент, и. о. заведующего кафедрой педагогики БГПУ *И. А. Царик*;  
кандидат педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой педагогики  
социокультурной деятельности БГУКИ *Л. И. Козловская*

**Лойко, О. Л.**

Л68 Валеологическое портфолио студента : рабочая тетрадь по учебной дисциплине «Социально-педагогическая валеология» / О. Л. Лойко. – Минск : БГПУ, 2017. – 60 с.  
ISBN 978-985-541-375-3.

В рабочую тетрадь вошли различные виды учебно-творческих и познавательных заданий, направленных на формирование у студентов профессиональных умений и навыков самообразования в области здоровья и здорового образа жизни. Содержание рабочей тетради соответствует образовательному стандарту и учебной программе учреждений высшего образования по учебной дисциплине «Основы социально-педагогической деятельности (Социально-педагогическая валеология)» для специальностей 1-03 04 01 – Социальная педагогика и 1-03 04 04 – Социальная и психолого-педагогическая помощь.

Адресуется преподавателям и студентам, изучающим учебную дисциплину «Основы социально-педагогической деятельности (Социально-педагогическая валеология)» и интересующимся вопросами сохранения и укрепления здоровья.

УДК 378.091.6(075.8)

ББК 74.58я73

ISBN 978-985-541-375-3

© Лойко О. Л., 2017

© Оформление. БГПУ, 2017

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Важной частью социального воспитания студентов является воспитание здоровьесохранного поведения, формирование культуры здорового образа жизни (ЗОЖ). Как в учебной, так и в досуговой сфере приоритет необходимо отдавать выработке ценностного отношения к жизни в широком смысле этого слова, пропаганде ЗОЖ и способности противостоять негативным влияниям. Приобщение к культуре ЗОЖ в этом контексте выступает как процесс формирования у студентов особого отношения к здоровью как к важнейшей моральной ценности, основе духовного и материального благополучия, осознания опасности наркотического, токсического, алкогольно-никотинового отравления организма и психики.

Предлагаемая рабочая тетрадь является дополнением к учебной программе и электронному учебно-методическому комплексу по учебной дисциплине «Социально-педагогическая валеология» для специальностей 1-03 04 01 – Социальная педагогика и 1-03 04 04 – Социальная и психолого-педагогическая помощь и предназначена для профессиональной подготовки будущих социальных педагогов и психологов, а также может быть использована в процессе профессиональной подготовки специалистов помогающих и педагогических профессий.

Целью рабочей тетради является формирование профессиональных компетенций специалистов педагогических профессий в сфере здоровьесбережения; обеспечение качественного усвоения учебного материала по учебной дисциплине «Социально-педагогическая валеология» (Приложение А). Задачи предполагают развитие академических (умений и навыков учебной деятельности), социально-личностных (ценностные ориентации на ЗОЖ) и профессиональных (формирование у студентов навыков стимулирования мотивов ЗОЖ у обучающихся в процессе самостоятельной профессиональной деятельности) компетенций.

Рабочая тетрадь оснащена глоссарием терминов, вопросами к зачету и списком литературы.

## Содержание

<b>ПРЕДИСЛОВИЕ</b> .....	<b>3</b>
<b>Раздел 1. ВВЕДЕНИЕ В СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКУЮ ВАЛЕОЛОГИЮ</b> .....	<b>4</b>
ТЕМА 1.1. Социально-педагогическая валеология как наука о здоровье и здоровом образе жизни.....	4
ТЕМА 1.2. Здоровье и здоровый образ жизни как социально-педагогический феномен .....	6
ТЕМА 1.3. Социальное здоровье обучающихся как объект социально-педагогической деятельности.....	10
ТЕМА 1.4. Основы репродуктивного здоровья и воспитание культуры здорового образа жизни в системе внутрисемейных отношений .....	11
ТЕМА 1.5. Социально-педагогические условия формирования здорового образа жизни учащейся молодежи .....	18
<b>Раздел 2. ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗОЖ ДЕТЕЙ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ</b> .....	<b>22</b>
ТЕМА 2.1. Сущность и структура понятия «культура ЗОЖ личности» .....	22
ТЕМА 2.2. Здоровьесберегающие технологии в образовании .....	23
ТЕМА 2.3. Валеологическая компетентность педагога .....	27
<b>ГЛОССАРИЙ</b> .....	<b>48</b>
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b> .....	<b>53</b>