

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Алтайский государственный педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ МОДУЛЬ

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАНИИ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Код, направление подготовки:
44.03.05 Педагогическое образование (с
двумя профилями подготовки)

Профиль:
Начальное образование и Информатика

Форма контроля в семестре
Зачет, 10 семестр

Квалификация:
бакалавр

Форма обучения:
очная

Общая трудоемкость (час / з.ед.):
72 / 2

Программу составила:

Ананьева Ю.С., доцент, кандидат химических наук, доцент.

Программа подготовлена на основании учебного плана в составе ОПОП

44.03.05 Педагогическое образование: Начальное образование и Информатика утвержденного Ученым советом ФГБОУ ВО «АлтГПУ» от «29» марта 2021 г., протокол №7.

Программа принята:

на заседании кафедры теории и методики начального образования,
протокол от «23» декабря 2020 г. №5.

Зав. кафедрой: Никитина Л.А., доктор педагогических наук, доцент.

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель: познакомить будущих учителей с основными направлениями здоровьесберегающей деятельности и методикой использования здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе школы.

Задачи:

- формирование системного мировоззрения в вопросах становления, поддержания и укрепления здоровья;
- сформировать представления о здоровьесберегающей деятельности и технологиях здоровьесбережения школьников;
- сформировать профессиональные умения и навыки осуществления здоровьесберегающей деятельности в процессе обучения школьников.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни;

Безопасность жизнедеятельности.

2.2. Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Производственная практика: преддипломная практика

3. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

УК - 6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни;

УК - 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

УК - 8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций;

ПК-4. Способен к использованию полученных теоретических и практических знаний для постановки и решения исследовательских задач в области организации общего образования

4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМСЯ

Индикаторы достижения компетенции	Результаты сформированности компетенции по дисциплине
ИУК - 6.1. Определяет задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы. ИУК - 6.2. Осознает возможности непрерывного образования и реализует их с учетом личных потребностей и требований профессионального рынка труда. ИУК - 6.3. Реализует принципы самоорганизации в личностном и профессиональном развитии	Знает: задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы. Умеет: реализовывать возможности непрерывного образования и реализует их с учетом личных потребностей и требований. Владеет: навыками реализации принципов самоорганизации в личностном и профессиональном развитии.

ИУК - 7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике.	Знает: нормы здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике. Умеет: решать задачи на основе соблюдения и пропаганды норм здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике. Владеет: навыками соблюдения и пропаганды норм здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике.
ИУК - 8.1. Анализирует факторы вредного влияния на жизнедеятельность человека и идентифицирует их угрозы применительно к профессиональной деятельности, в том числе связанные с нарушениями техники безопасности.	Знает: факторы вредного влияния на жизнедеятельность человека. Умеет: анализировать факторы вредного влияния на жизнедеятельность человека. Владеет: навыками идентификации вредных факторов.
ИПК-4.1. Выявляет актуальные проблемы в системе образования, формулирует исследовательские задачи.	Знать: актуальные проблемы в системе образования; пути и способы поиска проблем, постановки и решения исследовательских задач в области здоровьесберегающих технологий в образовании. Уметь: выделять актуальные проблемы в начальном и общем школьном образовании в образовательном процессе; осуществлять поиск путей ее решения в области применения здоровьесберегающих технологий в образовании. Владеть: навыками анализа состояния общего образования для выявления проблем; способами поиска путей решения проблем в области организации здоровьесберегающих технологий в образовании.

5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ВИДОВ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПО СЕМЕСТРАМ

Профиль	Семестр	Всего часов	Количество часов по видам учебной работы					
			Лек.	Практ.	Лаб.	КСР	Сам. работа	Зачет
Начальное образование и Информатика	10	72	16	16		4	36	
Итого		72	16	16		4	36	

6. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Раздел / Тема	Содержание	Количество часов			
			Лекц.	Практ.		Сам. работа

1.1.	Основные аспекты здоровьесбережения.	Предмет и задачи дисциплины. Исторические аспекты и современные подходы к проблеме здоровья. Современные подходы к проблеме сохранения здоровья подрастающего поколения. Культура здоровья как неотъемлемая часть общей и педагогической культуры.	4	2	8
1.2	Здоровье детей и факторы их определяющие.	Эндогенные факторы, определяющие здоровье ребенка. Значение ранних периодов онтогенеза (пренатального, натального, постнатального) для здоровья ребенка. Факторы семейной среды, оказывающие влияние на состояние здоровья детей. Благоприятные и неблагоприятные экологические факторы, оказывающие влияние на здоровье. Факторы среды образовательного учреждения, способные влиять на состояние здоровья детей.	4	4	6
1.3.	Здоровьесберегающие технологии.	Сущность понятия «здоровьесберегающие технологии». Принципы, классификация и отличительные особенности здоровьесберегающих технологий.	2	2	6
1.4	Характеристика здоровьесберегающего образовательного пространства.	Гигиенические условия образовательного процесса в начальной школе. Проектирование расписания уроков. Рациональная организация урока. Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения. Особенности использования в учебном процессе начальной школы технических и аудиовизуальных средств обучения.	4	4	8
1.5.	Факторы воздействия учителя на состояние здоровья своих учеников.	Качества учителя, оказывающие негативное влияние на здоровье учащихся. Качества учителя, оказывающие положительное влияние на здоровье учащихся. Индивидуализация педагогических воздействий учителя начальных классов. Дискомфортные (дезадаптивные) состояния младших школьников на уроках в начальной школе. Оценка динамики состояния здоровья учащихся и влияния школы на их здоровье.	2	4	8
	Зачет				4
	Итого		16	16	40

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ:

Курсовая работа не предусмотрена

8. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ: Приложение 1.

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

9.1. Рекомендуемая литература: Приложение 2.

9.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.edu.ru> .

9.3. Перечень программного обеспечения:

1. Пакет Microsoft Office.
2. Пакет LibreOffice.
3. Пакет OpenOffice.org.
4. Операционная система семейства Windows.
5. Операционная система Linux.
6. Интернет браузер.

9.4. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем: Приложение 3.

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

1. Оборудованные учебные аудитории, в том числе с использованием видеопроектора и подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.

2. Аудитории для самостоятельной работы с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ:

Усвоение курса «Здоровьесберегающие технологии в образовании» будет успешным при условии:

- систематической подготовки к занятиям, с использованием рекомендуемой и дополнительной литературы;
- самостоятельной работы, включающей несложные элементы научного исследования;
- внимательному отношению к рекомендациям по выполнению предлагаемых заданий на практических занятиях;
- анализа полученной информации, умения выделить главное и второстепенное;
- постоянного самоконтроля полученных знаний.

Лекция как форма организации учебного процесса представляет собой двухчасовое изложение учебного материала. Преподаватель на лекции излагает основополагающий учебный материал по дисциплине; представляет целостный и законченный свод информации; выдвигает гипотезы и иллюстрирует учебный материал практическими примерами; обучение строится на четкой, логической основе. На лекции дается наиболее существенный материал. При этом выбираются такие формы его изложения, которые облегчают понимание и усвоение существа излагаемой темы. При освоении дисциплины используются вводная лекция, лекция-информация, обзорная лекция и лекция-визуализация. При освоении дисциплины значительное место отводится технологии активного обучения через организацию самостоятельной работы студентов, основной задачей которой является формирование готовности обучающихся к управлению собственной познавательной деятельностью с целью приобретения знаний. Преподаватель выступает в роли координатора и проектировщика творческой деятельности обучающегося.

Практическое занятие – это активная форма учебного процесса в вузе, направленная на умение студентов переработать учебный текст, обобщить материал, развить критичность мышления, отработать практические навыки.

Практические занятия предназначены для усвоения материала через систему основных понятий психологической и педагогической наук. Они включают обсуждение отдельных вопросов, разбор трудных понятий и их сравнение в разных научных школах, решение различных психологических задач. Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у студента умения самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних заданий. Объём заданий рассчитан максимум на 1-2 часа в неделю.

Подготовка включает в себя следующие этапы:

1 этап – поиск теоретической информации (согласно списку литературы) на предложенные преподавателем вопросы;

2 этап – осмысление полученной информации, освоение терминов и понятий;

3 этап – составление плана ответа на каждый вопрос (тезисное изложение по теоретическим вопросам к практическому занятию).

Завершающим этапом изучения дисциплины является зачет или экзамен. Критериями успешной сдачи зачета по дисциплине являются:

- усвоение теоретического материала;
- активное участие в практических занятиях;
- выполнение всех заданий в рамках самостоятельной работы студента.

При подготовке к промежуточному контролю необходимо повторять пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, выносящихся на зачет и содержащихся в данной программе. Использовать конспект лекций и литературу, рекомендованную преподавателем. Обратить особое внимание на темы учебных занятий, пропущенных студентом по разным причинам. При необходимости обратиться за консультацией и методической помощью к преподавателю.

Готовиться к зачету (экзамену) необходимо последовательно, с учетом вопросов, разработанных преподавателем. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованные научные работы, соответствующие разделы рекомендованных учебников. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершённой, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме.

Нельзя ограничивать подготовку к зачету (экзамену) простым повторением изученного материала. Необходимо углубить и расширить ранее приобретенные знания за счет новых идей и положений.

Методические рекомендации обучающимся с ограниченными возможностями здоровья ОВЗ)

Под специальными условиями для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития, включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования. Построение образовательного процесса ориентировано на учет индивидуальных возрастных, психофизических особенностей обучающихся, в частности предполагается возможность разработки индивидуальных учебных планов. Реализация индивидуальных учебных планов сопровождается поддержкой тьютора (родителя, взявшего на себя тьюторские функции в процессе обучения, волонтера). Обучающиеся с ОВЗ, как и все остальные студенты, могут обучаться по индивидуальному

учебному плану в установленные сроки с учетом индивидуальных особенностей и специальных образовательных потребностей конкретного обучающегося. При составлении индивидуального графика обучения для лиц с ОВЗ возможны различные варианты проведения занятий: проведение индивидуальных или групповых занятий с целью устранения сложностей в усвоении лекционного материала, подготовке к семинарским занятиям, выполнению заданий по самостоятельной работе. Для лиц с ОВЗ, по их просьбе, могут быть адаптированы как сами задания, так и формы их выполнения. Выполнение под руководством преподавателя индивидуального проектного задания, позволяющего сочетать теоретические знания и практические навыки; применение мультимедийных технологий в процессе ознакомительных лекций и семинарских занятий, что позволяет экономить время, затрачиваемое на изложение необходимого материала и увеличить его объем.

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации преподаватели, в соответствии с потребностями студента, отмеченными в анкете, и рекомендациями специалистов дефектологического профиля, разрабатывает фонды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе. Форма проведения текущей аттестации для студентов с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Лицам с ОВЗ может быть предоставлено дополнительное время для подготовки к ответу на экзамене, выполнения задания для самостоятельной работы.

При необходимости студент с ограниченными возможностями здоровья подает письменное заявление о создании для него специальных условий в Учебно-методическое управление Университета с приложением копий документов, подтверждающих статус инвалида или лица с ОВЗ.

Список литературы

Код: 44.03.05

Образовательная программа: Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки): Начальное образование и Информатика

Учебный план: НОиИнф44.03.05-2021.plx

Дисциплина: Здоровьесберегающие технологии в образовании

Кафедра: Теории и методики начального образования

Тип	Книга	Количество
Основная	Айдаркин Е. К. Возрастные основы здоровья и здоровьесберегающие образовательные технологии [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е. К. Айдаркин, Л. Н. Иванникова. — Ростов-на-Дону: Изд-во ЮФУ, 2008. — 176 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/47035 .	9999
Основная	Цибульников В. Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании [Электронный ресурс] : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В. Е. Цибульников, Е. А. Леванова ; под общ. ред. Е. А. Левановой. — Москва: МПГУ, 2017. — 148 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/75815.html .	9999
Дополнительная	Абаскалова Н. П. Здоровьесберегающие педагогические технологии [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Н. П. Абаскалова, А. Ю. Зверкова ; Новосибирский государственный педагогический университет. — Новосибирск: НГПУ, 2012. — 157 с. — URL: http://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/1546/ .	9999
Дополнительная	Здоровье детей: методический журнал: здоровьесберегающие технологии в школе. — Москва: Первое сентября, 2011-. — URL: http://1september.ru .	1
Дополнительная	Колмогорова Л. С. Психологическое здоровье и психологическая культура школьников [Электронный ресурс] : [учебное пособие для студентов вузов психолого-педагогических специальностей, бакалавров и магистров] / Л. С. Колмогорова, О. Г. Холодкова. — Барнаул, 2012. — 293 с. — URL: http://library.altspu.ru/ac/kolmogorova.pdf .	9999
Дополнительная	Суворов В. В. Здоровьесберегающий потенциал учебных дисциплин [Электронный ресурс] : методические рекомендации / В. В. Суворов ; Алтайская государственная педагогическая академия. — Барнаул, 2011. — URL: http://abs.uni-altai.ru/unibook/suvorov4/index.html .	9999

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Алтайский государственный педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАНИИ
ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Код, направление подготовки:

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль:

Начальное образование и

Информатика

Форма контроля в семестре

Зачет, 10 семестр

Квалификация:

бакалавр

Форма обучения: очная

Разработчик: Ананьева Ю.С., доцент, канд. хим.наук, доцент.

Утвержден на заседании кафедры теории и методики начального образования

Протокол от «23» декабря 2020 г. №5.

Заведующий кафедрой: Никитина Л.А., д-р педагог. наук, доцент

**1. ПЕРЕЧЕНЬ ИНДИКАТОРОВ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ С
УКАЗАНИЕМ ФОРМ КОНТРОЛЯ И СРЕДСТВ ОЦЕНИВАНИЯ**

Индикаторы сформированности компетенций	Результаты обучения	Формы контроля и оценочные средства
ИУК - 6.1. Определяет задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы ИУК - 6.2. Осознает возможности непрерывного образования и реализует их с учетом личных потребностей и требований профессионального рынка труда ИУК - 6.3. Реализует принципы самоорганизации в личностном и профессиональном развитии	Знает: задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы	Вопросы к зачету. Вопросы для устного опроса Вопросы для самоконтроля Тестовые задания
	Умеет: реализовывать возможности непрерывного образования и реализует их с учетом личных потребностей и требований	Контрольная работа Тематика устных докладов
	Владеет: навыками реализации принципов самоорганизации в личностном и профессиональном развитии	Контрольная работа Тематика устных докладов
ИУК - 7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике	Знает: нормы здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике.	Вопросы к зачету Вопросы для устного опроса Вопросы для самоконтроля Тестовые задания
	Умеет: решать задачи на основе соблюдения и пропаганды норм здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике.	Контрольная работа
	Владеет: навыками соблюдения и пропаганды норм здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике	Тематика устных докладов
ИУК - 8.1. Анализирует факторы вредного влияния на жизнедеятельность человека и идентифицирует их	Знает: факторы вредного влияния на жизнедеятельность человека	Вопросы к зачету Вопросы для устного опроса Вопросы для самоконтроля Тестовые задания

угрозы применительно к профессиональной деятельности, в том числе связанные с нарушениями техники безопасности	Умеет: анализировать факторы вредного влияния на жизнедеятельность человека	Контрольная работа
	Владеет: навыками идентификации вредных факторов	Тематика устных докладов
ИПК-4.1. Частично выявляет и анализирует актуальные проблемы образования и науки в предметной области	Знает: актуальные проблемы образования и науки в предметной области	Вопросы к зачету Вопросы для устного опроса Вопросы для самоконтроля Тестовые задания
	Умеет: выявлять актуальные проблемы образования и науки в предметной области	Контрольная работа
	Владеет: навыками анализа актуальных проблем образования и науки в предметной области	Тематика устных докладов

2. ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДОСТИЖЕНИЯ ИНДИКАТОРОВ КОМПЕТЕНЦИЙ И ИХ ОЦЕНИВАНИЯ

Перечень индикаторов компетенций	Виды учебной работы	Формы контроля и оценочные средства	Баллы
Семестр 4			
ИУК- 6.1, 6.2., 6.3. ИУК-7.3. ИУК-8.1. ИПК-4.1.	Лекционные занятия	Вопросы для самоконтроля	10
ИУК- 6.1, 6.2., 6.3. ИУК-7.3. ИУК-8.1. ИПК-4.1.	Практические и лабораторные занятия	Вопросы для устного опроса	20
ИУК- 6.1, 6.2., 6.3. ИУК-7.3. ИУК-8.1. ИПК-4.1.	Контрольный срез	Тестовые задания Контрольная работа	10 20
ИУК- 6.1, 6.2., 6.3. ИУК-7.3. ИУК-8.1. ИПК-4.1.2	Самостоятельная работа	Тематика устных докладов	20

ИУК- 6.1, 6.2., 6.3. ИУК-7.3. ИУК-8.1. ИПК-4.1.	Зачет	Вопросы к зачету	20
Всего			100

3. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

СЕМЕСТР 4

3.1. Вопросы для устного опроса:

Тема 1: «Основные аспекты здоровьесбережения»

Исторические аспекты и современные подходы к проблеме здоровья. Современные подходы к проблеме сохранения здоровья подрастающего поколения. Культура здоровья как неотъемлемая часть общей и педагогической культуры.

Тема 2: «Здоровье детей и факторы их определяющие»

Эндогенные факторы, определяющие здоровье ребенка. Значение ранних периодов онтогенеза (пренатального, натального, постнатального) для здоровья ребенка. Факторы семейной среды, оказывающие влияние на состояние здоровья детей. Благоприятные и неблагоприятные экологические факторы, оказывающие влияние на здоровье. Факторы среды образовательного учреждения, способные влиять на состояние здоровья детей.

Тема 3: «Здоровьесберегающие технологии»

Сущность понятия «здоровьесберегающие технологии». Принципы, классификация и отличительные особенности здоровьесберегающих технологий

Тема 4: «Характеристика здоровьесберегающего образовательного пространства»

Гигиенические условия образовательного процесса в начальной школе. Проектирование расписания уроков. Рациональная организация урока. Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения.. Особенности использования в учебном процессе начальной школы технических и аудиовизуальных средств обучения.

Тема 5: «Факторы воздействия учителя на состояние здоровья своих учеников»

Качества учителя, оказывающие негативное влияние на здоровье учащихся.. Качества учителя, оказывающие положительное влияние на здоровье учащихся.

Индивидуализация педагогических воздействий учителя начальных классов. Дискомфортные (дезадаптивные) состояния младших школьников на уроках в начальной школе. Оценка динамики состояния здоровья учащихся и влияния школы на их здоровье. **Примеры тестовых заданий:**

1. Учебная нагрузка, режим занятий обучающегося в общеобразовательном учреждении определяется (*выберите правильный ответ*):

- 1) Решением Совета образовательного учреждения.
- 2) Уставом образовательного учреждения на основе рекомендаций, согласованных с органами здравоохранения.
- 3) Расписанием учебных занятий.
- 4) СанПинами.

2. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в:

- 1) понедельник или вторник

2) вторник или среда

3) четверг или пятницу 3. Оптимум умственной работы у школьников в начальной школе

приходится на:

1) 1-2 уроки

2) 2-3 уроки

3) 3-4 уроки

4. Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1-4 классах не должна превышать: 1) 7-10 мин

2) 10-12 мин

3) 10-15 мин

4) 15-17 мин

Площадь учебных кабинетов на одного учащегося в классе при фронтальных формах занятий должен составлять:

1) 2 кв.м 2) 2,5 кв.м

3) 2.7 кв.м

4) 3.0 кв.м

3.2. Примерные задания контрольных работ:

Вариант 1

1. Подобрать и проанализировать диагностический материал по оценке знаний младших школьников о рациональном питании. Разработать проект по повышению уровня знаний у младших школьников в данной области.

2. Анализ урока с позиций здоровьесбережения.

Вариант 2

1. Подобрать и проанализировать диагностический материал по оценке знаний младших школьников о режиме дня. Разработать проект по повышению уровня знаний у младших школьников в данной области.

2. Проанализировать качества учителя, оказывающие влияние на здоровье учащихся (негативное и положительное).

3.3. Примерные вопросы для самоконтроля:

1. Дайте определение «здоровья с позиций нескольких различных подходов. Проанализируйте их.

2. Какие факторы влияют на состояние здоровья человека?

3. Каковы цели и задачи валеологического сопровождения образования?

4. Раскройте понятие «здоровый образ жизни» и содержание его компонентов.

5. Какие педагогические технологии, на Ваш взгляд, будут действенными на этапах профильного и профессионального самоопределения в условиях сохранения и укрепления здоровья обучающихся? Почему?

6. В каких направлениях может быть реализован системно-деятельностный подход к здоровьесберегающей деятельности?

7. Почему необходимо уделять внимание формированию культуры здоровья педагогов?

8. Каковы основные компоненты культуры здоровья педагогов?

9. Обоснуйте значимость адаптивно-развивающего потенциала личности педагога.

10. Что такое «здоровьесберегающая компетентность педагога»?
11. Почему непрерывное психолого-педагогическое и валеологическое сопровождение образования влияет на его результативность?
12. Какие индикаторы результативности здоровьесберегающей деятельности в образовательных организациях можно выявить?
13. Что можно предложить для формирования здорового образа жизни субъектов воспитательно-образовательного процесса?
14. Создание каких педагогических, организационно-педагогических условий позволит результативно осуществить сохранение и укрепление здоровья субъектов воспитательнообразовательного процесса?
15. Перечислите основные аспекты здоровьесберегающей деятельности педагогов?
16. Каковы наиболее эффективные формы и методы здоровьесберегающего воспитания и обучения школьников?
17. Рассмотрите основные показатели проявления здоровьесберегающего поведения.

3.4. Тематика устных докладов

1. Биологические ритмы и физическая деятельность человека.
2. Экогигиена питания.
3. Психолого-педагогические и медико-физиологические подходы к оценке готовности ребенка к школе.
4. Использование психолого-педагогических технологий сохранения и укрепления здоровья в начальной школе.
5. Пути и средства сохранения и укрепления здоровья обучающихся начальных классов.
6. Факторы, способствующие формированию профессионального здоровья педагогов.
7. Перспективные формы реализации здоровьесберегающих подходов в системе российского образования.
8. Роль семьи в развитии, адаптации и сохранении здоровья ребенка.
9. Здоровьесберегающая деятельность педагога в образовательной организации.
10. Профилактика вредных привычек у младших школьников.

3.5. Вопросы к зачету

1. Исторические аспекты и современные подходы к проблеме здоровья.
2. Современные подходы к проблеме сохранения здоровья подрастающего поколения.
3. Культура здоровья как неотъемлемая часть общей и педагогической культуры.
4. Эндогенные факторы, определяющие здоровье ребенка.
5. Значение ранних периодов онтогенеза (пренатального, натального, постнатального) для здоровья ребенка.
6. Факторы семейной среды, оказывающие влияние на состояние здоровья детей.
7. Благоприятные и неблагоприятные экологические факторы, оказывающие влияние на здоровье.
8. Факторы среды образовательного учреждения, способные влиять на состояние здоровья детей.
9. Сущность понятия «здоровьесберегающие технологии». Принципы, классификация и отличительные особенности здоровьесберегающих технологий.
10. Гигиенические условия образовательного процесса в начальной школе.
11. Проектирование расписания уроков.

12. Рациональная организация урока. Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения.

13. Особенности использования в учебном процессе начальной школы технических и аудиовизуальных средств обучения.

14. Качества учителя, оказывающие негативное влияние на здоровье учащихся.

15. Качества учителя, оказывающие положительное влияние на здоровье учащихся.

16. Индивидуализация педагогических воздействий учителя начальных классов.

17. Дискомфортные (дезадаптивные) состояния младших школьников на уроках в начальной школе.

18. Оценка динамики состояния здоровья учащихся и влияния школы на их здоровье.

19. Профилактика вредных привычек у школьников.

20. Проблема рационального питания школьников.

4. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С ИНДИКАТОРАМИ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

ИУК - 6.1. Определяет задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы

ИУК - 6.2. Осознает возможности непрерывного образования и реализует их с учетом личных потребностей и требований профессионального рынка труда

ИУК - 6.3. Реализует принципы самоорганизации в личностном и профессиональном развитии

Неудовл.: не достигнут *

Удовл. Пороговый уровень: Фрагментарно знает задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы. Частично может реализовывать возможности непрерывного образования и реализует их с учетом личных потребностей и требований.

Хорошо. Базовый уровень: Знает задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы. Самостоятельно может реализовывать возможности непрерывного образования. Не в полном объеме владеет навыками реализации принципов самоорганизации в личностном и профессиональном развитии

Отлично. Высокий уровень: В полном объеме знает задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы. Может уверенно реализовывать возможности непрерывного образования. В полном объеме владеет навыками реализации принципов самоорганизации в личностном и профессиональном развитии

ИУК - 7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике.

Неудовл.: не достигнут

Удовл. Пороговый уровень: Не в полном объеме соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике.

Хорошо. Базовый уровень: Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике

Отлично. Высокий уровень: Обоснованно соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике.

ИУК - 8.1. Анализирует факторы вредного влияния на жизнедеятельность человека и идентифицирует их угрозы применительно к профессиональной деятельности, в том числе связанные с нарушениями техники безопасности

Неудовл.: не достигнут

Удовл. Пороговый уровень: Не в полном объеме анализирует факторы вредного влияния на жизнедеятельность человека и идентифицирует их угрозы применительно к профессиональной деятельности, в том числе связанные с нарушениями техники безопасности.

Хорошо. Базовый уровень: Анализирует факторы вредного влияния на жизнедеятельность человека и идентифицирует их угрозы применительно к профессиональной деятельности, в том числе связанные с нарушениями техники безопасности.

Отлично. Высокий уровень: Обоснованно анализирует факторы вредного влияния на жизнедеятельность человека и идентифицирует их угрозы применительно к профессиональной деятельности, в том числе связанные с нарушениями техники безопасности.

ИПК-4.1. Выявляет и анализирует актуальные проблемы образования и науки в предметных областях

Неудовл.: не достигнут

Удовл. Пороговый уровень: Частично выявляет и анализирует актуальные проблемы образования и науки в предметной области

Хорошо. Базовый уровень.: Достаточно полно выявляет и анализирует актуальные проблемы образования и науки в предметной области

Отлично. Высокий уровень: В полной мере выявляет и анализирует актуальные проблемы образования и науки в предметной области