

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета



А. В. Савельев

«05» июля 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.В.ДВ.04.1 Общие основы здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях

Направление подготовки/специальность: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль/направленность/специализация: Физкультурное образование и БЖД

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2021

Автор программы:

Кандидат педагогических наук, доцент Терентьева Ольга Сергеевна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «22» февраля 2018 г. № 125).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры теории и методики физической культуры «07» июня 2021 г. Протокол № 10

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «05» июля 2021 г. № 11.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавра.....	4
3. Объем и содержание дисциплины.....	5
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	9
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	16
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	17
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	18

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ПК-4 Способен проводить занятия по общей физической подготовке, с использованием средств, методов и приемов региональных базовых оздоровительных видов физкультурно-спортивной деятельности

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- методический
- педагогический

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сфере: 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования)

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	ПК-4 Способен проводить занятия по общей физической подготовке, с использованием средств, методов и приемов региональных базовых оздоровительных видов физкультурно-спортивной деятельности	Применяет основные закономерности разработки здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ПК-4 Способен проводить занятия по общей физической подготовке, с использованием средств, методов и приемов региональных базовых оздоровительных видов физкультурно-спортивной деятельности

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения											
		Очная (семестр)						Заочная (семестр)					
		4	5	6	7	8	9	4	5	6	7	8	9
1	Здоровьесберегающие технологии обучения и воспитания в начальной школе	+						+					
2	Ознакомительная практика	+	+					+	+				
3	Педагогическая практика			+	+	+	+			+	+	+	+

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Общие основы здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

Дисциплина «Общие основы здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях» изучается в 4 семестре.

3.Объем и содержание дисциплины

3.1.Объем дисциплины:

Вид учебной работы	Очная (всего часов)	Заочная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
Контактная работа	32	8
Лекции (Лекции)	16	4
Практические (Практ. раб.)	16	4
Самостоятельная работа (СР)	40	60
Зачет	-	4

3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.						Формы текущего контроля
		Лекции		Практ. раб.		СР		
		О	З	О	З	О	З	
4 семестр								
1	Здоровьесберегаю щие технологии обучения	3	1	3	-	6	10	Опрос
2	Виды физкультурно-спор тивной деятельности в образовательном учреждении	3	1	3	1	6	10	Опрос; Тестирование
3	Принципы физкультурно-оздо ровительных методов.	2	1	2	-	6	10	Опрос
4	Активный отдых с использованием региональных видов физкультурно-спор тивной деятельности.	3	-	3	1	6	10	Опрос; Тестирование
5	Программа спортивного и здоровье сберегающего воспитания студентов	3	-	3	1	8	10	Опрос

6	Аналитическая деятельность вуза в сфере здоровье сбережения.	2	1	2	1	8	10	Опрос; Тестирование
---	--	---	---	---	---	---	----	------------------------

Тема 1. Здоровьесберегающие технологии обучения (ПК-4)

Лекция.

Здоровье сберегающие технологии обучения как обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья за период обучения в школе, формирование у него необходимых универсальных действий по здоровому образу жизни, обучение использованию полученных знаний в повседневной жизни. Норма здоровья ребенка: основные показатели. Виды технологий. Игровая технология обучения технология дифференцированного обучения, технология коллективного взаимообучения. Методы здоровьесберегающих технологий: специфические группы методов, характерные только для процесса педагогики оздоровления. Общепедагогические, применяемые во всех случаях обучения и воспитания). Оптимальное сочетание методов как успешная реализация комплекса задач здоровьесберегающих технологий обучения.

Практическое занятие.

Основные требования к уроку физической культуры как базовой части оздоровительной технологии. Построение урока на основе закономерностей учебно-воспитательного процесса с использованием последних достижений передовой педагогической практики. Реализация на уроке в оптимальном соотношении принципов и методов как общедидактических, так и специфических. Обеспечение необходимых условий для продуктивной познавательной деятельности учащихся с учётом их состояния здоровья, особенностей развития, интересов, наклонностей и потребностей. Активизация развития всех сфер личности учащихся, в первую очередь двигательной сферы. Формирование практически необходимых двигательных умений и навыков.

Задания для самостоятельной работы.

Мероприятия и технологии использования воспитательного потенциала семьи. Работа с семьей: привлечение родителей к обучению детей здоровому образу жизни, привлечение родителей к проведению мониторинга состояния здоровья детей. Приучение школьников к самонаблюдениям и самоконтролю за своим здоровьем. Привлечение родителей к участию в проектной деятельности (проект «Паспорт моего здоровья») Организация спортивного досуга учащихся. Проведение совместных праздников

Тема 2. Виды физкультурно-спортивной деятельности в образовательном учреждении (ПК-4)

Лекция.

Виды оздоровительных упражнений и систем. Спортивные игры (волейбол футбол, бас-кетбол, теннис, бадминтон). Виды спорта, имеющие начало и определенные правила (массовые виды спорта). Активный отдых на свежем воздухе, с преодолением препятствий и спортивными соревнованиями: пребывание в летних оздоровительных лагерях, туристических походах. Упражнения эстетического характера: показательные выступления, "Веселые старты". Разнообразие форм занятий, средств, методик преподавания, отвечающих потребностям и интересам студенческой молодежи. Внесение элемента новизны в занятия (занятия с выездом на природу, с музыкальным сопровождением, нетрадиционные методики).

Практическое занятие.

Медицинский и педагогический контроль, самоконтроль на занятиях современными оздоровительными системами. Значение медицинского и педагогического контроля в практике оздоровительной тренировки. Виды медицинского и педагогического контроля. Самоконтроль, его цель, задачи, методы исследования. Самоконтроль: объективные и субъективные методы. Дневник самоконтроля. Структура и содержание дневника самоконтроля в зависимости от индивидуальных особенностей занимающихся. Система индексов и стандартов применяемая в медицинском и педагогическом контроле. Нагрузочные и не нагрузочные методы исследования. Оценка функционального и физического состояния занимающегося Физическое развитие как составляющая гармоничной личности. Особенности физического развития: влияние наследственности, окружающей среды, физических упражнений. Конституциональный тип, возрастные группы

Задания для самостоятельной работы.

Механизмы содействия формированию в своем образовательном учреждении здоровьесберегающей образовательной среды как эффективному взаимодействию всех членов педагогического коллектива, обучающихся и их родителей для создания условий, и реализации программ, направленных на сохранение, формирование и укрепление здоровья.

Тема 3. Принципы физкультурно-оздоровительных методов. (ПК-4)

Лекция.

Основополагающие принципы и технологии осуществления физкультурно-спортивной деятельности. Принцип сознательности и активности учащихся как осознание ими ценности занятий физическими упражнениями для их всестороннего развития. Формирование учителем устойчивого интереса у учащихся к занятиям физической культурой, а также стимулирование учащихся сознательного контроля и анализа своих действий, а также воспитания у них творческого отношения к процессу физического воспитания, инициативы и самостоятельности.

Принцип наглядности. Принцип доступности и индивидуализации с учетом существующего уровня двигательного опыта, физического и психического развития ребенка. Принцип систематичности как организация регулярности занятий и методическое обеспечение занятий, а также рациональное чередование нагрузок и отдыха

Реализация принципов путем применения в процессе физического воспитания разнообразных методов и методических приемов.

Практическое занятие.

Методические приемы как пути реализации методов в конкретных случаях и конкретных условиях процесса физического воспитания. Практические методы (методы упражнения). Метод разучивания упражнений в целом, метод разучивания упражнений по частям, методы строгой регламентации деятельности учащихся (равномерное, переменное, повторное, линейное упражнения), методы частичной регламентации деятельности учащихся, методические приемы обучения: упражнения с непосредственной физической помощью, упражнения в "обе стороны", упражнения в воображении движений. Методы использования слова: обще - педагогические приемы метода слова со своеобразным содержанием и особенностями применения: рассказ, описание; объяснение, сопровождающее объяснение; инструкции и указания; беседы; разбор; словесные оценки; отчеты и взаимопояснения; команды и подсчеты. Методы демонстрации

Задания для самостоятельной работы.

Проанализировать методы и приемы регулирования психологического климата во время урока, объясните суть и назначение использования проблемных творческих заданий при формировании психологического климата в классе на занятиях физической культурой

Тема 4. Активный отдых с использованием региональных видов физкультурно-спортивной деятельности. (ПК-4)

Лекция.

Базовые виды: виды спорта, включенные в программу Олимпийских игр (группы спортивных дисциплин). Бокс, дзюдо, легкая атлетика, спортивная борьба, тхэквондо, футбол. Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями, спорт лиц с поражением ОДА, спорт слепых, спорт глухих. Общая характеристика базовых видов спорта в регионе и их оздоровительное значение. Взаимодействие общеобразовательных школ и учреждений дополнительного образования в здоровье сберегающих программах подрастающего поколения. Педагогические условия формирования сознательного отношения студенческой молодежи к физическому воспитанию, личностное сотрудничество преподавателя и студента.

Практическое занятие.

Организация и проведение массовых оздоровительных мероприятий (спортивно-оздоровительные праздники с использованием региональных видов спорта, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии). Содержание и направленность информационно-коммуникативной работы с семьей: пропаганда здорового образа жизни через систему организационно-теоретических и практических занятий в родительском лектории; обучение педагогического коллектива в условиях инновационного образовательного учреждения формам и методам проведения занятий физической культуры с использованием региональных видов спорта с оздоровительной направленностью

Задания для самостоятельной работы.

Изучение содержания и методики реализации здоровьесберегающих технологий процесса обучения и развития с использованием физкультминуток и подвижных перемен; проветривания и влажной уборки помещений; ароматерапии, витаминотерапии; функциональной музыки; чередования занятий с высокой и низкой двигательной активностью); через специально организованную двигательную активность ребёнка (занятия оздоровительной физкультурой, подвижные игры, своевременное развитие основ двигательных навыков); в процессе реабилитационных мероприятий (фитотерапия, ингаляция, лечебная физкультура, массаж, психогимнастика, тренинги).

Тема 5. Программа спортивного и здоровьесберегающего воспитания студентов (ПК-4)

Лекция.

Проектный этап. Цель и задачи Программы. Подготовка условий создания системы здоровьесберегающего воспитания студентов. Практический этап: реализация Программы спортивного и здоровьесберегающего воспитания. Организация работы спортивных секций, кружков, оснащение спортивного зала, рекреационных зон, разработка содержания, наиболее эффективных форм и методов воспитательного воздействия. Разработка методических рекомендаций по спортивному и здоровьесберегающему воспитанию. Повышение квалификации педагогических кадров. Расширение связей с учреждениями спорта. Проведение мониторинга эффективности программы. Аналитический этап. Анализ итогов реализации Программы.

Практическое занятие.

Организация работы по формированию потребности в ЗОЖ, профилактике асоциального поведения. Организация работы медико-психологической службы. Организация работы по профилактике суицидального поведения. Организация работы по профилактике зависимостей, ВИЧ-инфекций. Организация профилактической работы с родителями

Задания для самостоятельной работы.

Определение перечня обязательных спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий. Создание базы данных по занятию студентов разными видами спорта. Организация и проведение индивидуальной оздоровительной работы среди студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

Тема 6. Аналитическая деятельность вуза в сфере здоровьесбережения. (ПК-4)

Лекция.

Организация мониторинга состояния здоровья, досуга студентов, условий их жизни и выявление групп повышенного риска. Организация проведения плановых медицинских осмотров. Анкетирование на предмет отношения студентов к ЗОЖ. Психологическое тестирование и консультирование. Создание фонда оценочных средств для определения состояния психологического благополучия студентов (анкеты, опросники, тесты). Представление отчетов по мониторингу состояния здоровья студентов и их приобщению к ЗОЖ на методическом Совете кураторов.

Практическое занятие.

Координация и контроль за ходом реализации Программы Оценка качества и уровня спортивного и здоровье сберегающего воспитания. Координация взаимодействия всех структурных подразделений образовательного учреждения, участвующих в организации спортивного и здоровье сберегающего воспитания студентов. Необходимость привлечения к мониторингу различных специалистов. Определение их степени ответственности на различных уровнях организации реализационных этапах Программы.

Задания для самостоятельной работы.

Критерии эффективности реализации Программы. Формирование потребности в здоровом образе жизни. Увеличение количества студентов, занимающихся в спортивных секциях. Формирование у студентов навыков конструктивного решения жизненных проблем. Снижение фактора риска злоупотребления психоактивными веществами. Снижение фактора распространения ВИЧ инфекции среди студенческой молодежи.

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

4 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 60 баллов
- контрольные срезы – 3 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 10 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ те мы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мах. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Здоровьесберегающие технологии обучения	Опрос	10	10-6 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 5-3 балла – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-2балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему; Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

2.	Виды физкультурно-спортивной деятельности в образовательном учреждении	Опрос	10	10-6 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 5-3 балла – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-2балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему; Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
		Тестирование(контрольный срез)	10	8-10 баллов – студент правильно отвечает на 80-100% предложенных вопросов 4-7 балла – студент правильно отвечает на 50-75% вопросов в тесте 1-4 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте Менее 25% правильных ответов баллов не дает
3.	Принципы физкультурно-оздоровительных методов.	Опрос	10	10-6 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 5-3 балла – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-2балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему; Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
4.	Активный отдых с использованием региональных видов физкультурно-спортивной деятельности.	Опрос	10	10-6 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 5-3 балла – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-2балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему; Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

		Тестирование(контрольный срез)	10	8-10 баллов – студент правильно отвечает на 80-100% предложенных вопросов 4-7 балла – студент правильно отвечает на 50-75% вопросов в тесте 1-4 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте Менее 25% правильных ответов баллов не дает
5.	Программа спортивного и здоровья сберегающего воспитания студентов	Опрос	10	10-6 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 5-3 балла – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-2балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему; Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
6.	Аналитическая деятельность вуза в сфере здоровья сбережения.	Опрос	10	10-6 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 5-3 балла – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-2балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему; Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
		Тестирование(контрольный срез)	10	8-10 баллов – студент правильно отвечает на 80-100% предложенных вопросов 4-7 балла – студент правильно отвечает на 50-75% вопросов в тесте 1-4 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте Менее 25% правильных ответов баллов не дает
7.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов - студент посетил не менее 80% занятий 6-4 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла - студент посетил не менее 25% занятий
8.	Премиальные баллы		10	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - постоянная активность во время практических занятий – 10 баллов
9.	Итого за семестр		100	

Итоговая оценка по зачету выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

100-балльная система	Традиционная система
50 - 100 баллов	Зачтено
0 - 49 баллов	Не зачтено

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Опрос

Тема 1. Здоровьесберегающие технологии обучения

1. Назовите аргументы для определения урока физической культуры, как базовой части здоровьесформирующей технологии.
2. Перечислите основные требования к уроку физической культуры, выделив его оздоровительную направленность
3. Какие возрастные особенности должны учитываться при проектировании развития двигательной сферы школьника?
4. Какие основные характеристики личностной сферы ребенка должен учитывать учитель при осуществлении им педагогической деятельности на занятиях по физической культуре?
5. Какова роль микросоциума в процессе формирования здорового образа жизни ребенка?

Тема 2. Виды физкультурно-спортивной деятельности в образовательном учреждении

1. Перечислите основные виды физкультурно-спортивной деятельности, используемые в образовательных учреждениях в оздоровительных целях
2. Какие характеристики и результаты самонаблюдения включает в себя дневник самоконтроля?
3. Назовите основные средства контроля и самоконтроля на занятиях современными оздоровительными системами и упражнениями
4. Объясните суть нагрузочных и не нагрузочных методов исследования, применяемых в медицинском и педагогическом контроле
5. Какие виды физкультурно-спортивной деятельности вы можете предложить в качестве активного отдыха на свежем воздухе

Тема 3. Принципы физкультурно-оздоровительных методов.

1. Охарактеризуйте основополагающие принципы и технологии осуществления физкультурно-спортивной деятельности.
2. Как принцип систематичности реализуется в программе физического воспитания в образовательных учреждениях?
3. Охарактеризуйте метод демонстрации, его роль и значимость при обучении двигательному действию.
4. Объясните суть и значение принципа доступности и индивидуализации, реализуемого в физическом воспитании в образовательных учреждениях
5. Объясните значение методов строго регламентированного и частично регламентированного упражнений в процессе обучения физкультурно-спортивной деятельности

Тема 4. Активный отдых с использованием региональных видов физкультурно-спортивной деятельности.

1. Какие базовые виды спорта региона, включенные в программу Олимпийских игр, вы знаете?
2. Выделите в общей характеристике региональных видов спорта их оздоровительное значение
3. Какая проблема в обучении педагогического состава образовательных учреждений существует в связи с реализацией здоровьесберегающих технологий с использованием базовых региональных видов спорта?

4. Каковы особенности и недостатки в организации занятий базовыми региональными видами спорта студенческой молодежи?
5. Каким образом здоровье сберегающие технологии реализуются в условиях учебного и внеучебного процессов студенческой молодежи?

Тема 5. Программа спортивного и здоровье сберегающего воспитания студентов

1. Какие виды коммуникативных тренингов, тренингов личностного роста можно предложить в студенческих группах для решения оздоровительных задач Программы?
2. Какие мероприятия можно предложить для освещения и решения проблем распространения ВИЧ-инфекции в данной социальной категории?
3. Какова эффективность воздействия распространения тематических методических материалов(буклетов, памяток, брошюр) среди преподавателей, студентов?
4. Какую роль в формировании здоровьесберегающей среды студенческой молодежи играет волонтерское движение?
5. Определите суть и направленность мероприятий Всероссийского значения: «Кросса наций», «Лыжни России» и т.д. в формировании мотивационных основ здоровьесбережения?

Тема 6. Аналитическая деятельность вуза в сфере здоровьесбережения.

1. Какие задачи решает аналитическая деятельность специалистов вуза в сфере здоровьесбережения студенческой молодежи?
2. Кто координирует взаимодействие всех структурных подразделений, участвующих в организации спортивного и здоровьесберегающего воспитания студентов?
3. Как часто и с какой целью необходимо включать в план медицинский осмотр студентов?
4. Назовите основные критерии эффективности реализации Программы спортивного и здоровьесберегающего воспитания студентов
5. Какова роль педагогического совета, совета кураторов в вопросах оценки и прогноза состояния спортивного и здоровьесберегающего воспитания студентов?

Тестирование

Тема 2. Виды физкультурно-спортивной деятельности в образовательном учреждении

1. Выполнение несложных комплексов упражнений
 - а) способствует развитию опорно-двигательного аппарата, особенно гибкости, и в то же время помогает овладеть несложными видами координации
 - б) положительно влияет на нервно - психическую деятельность ребенка
 - с) нормализует кровообращение и обмен веществ, увеличивает объем дыхания
 - д) все вышесказанное верно**
2. Физическое развитие-это
 - а) процесс развития основных двигательных качеств человека
 - б) процесс естественных морфофункциональных изменений организма человека в течение всей его жизни**
 - с) совершенствование функциональных систем организма
3. Физические упражнения эстетического характера
 - а) формируют двигательную культуру школьника**
 - б) оказывают на человека успокаивающее воздействие
 - с) благотворно влияют на умственные способности
4. К элементам здоровьесберегающих технологий студенчества относят
 - а) утреннюю гимнастику, физкультминутки, физкультпаузы,
 - б) занятия фитнесом, аэробикой, стретчингом**

с) веселые старты, конкурсы рисунков и стихов

5. Основная цель оздоровительной физической культуры

а) достижение спортивных результатов

б) укрепление здоровья, поддержка высокой работоспособности, восстановление нарушенных функций

с) получение эмоционального удовлетворения от занятий

Тема 4. Активный отдых с использованием региональных видов физкультурно-спортивной деятельности.

1. На состояние здоровья студентов влияет группа факторов

а) внутривузовские; учебно-организационные

б) медицинские, личностные

с) общественные

2. Наглядный метод пропаганды ЗОЖ состоит из

а) движущихся объектов, видеозарисовок

б) средств массовой информации

с) натуральных объектов, изобразительных средств

3. К внешнему элементу здоровьесберегающей среды относится

а) мнение окружающих,

б) источники знаний по здоровьесбережению, возможность укрепления здоровья

с) показатели физической подготовленности, доступность современной тренажерной техники

4. К внутреннему элементу здоровьесберегающей среды:

а) знания о здоровье, навыки здоровьесбережения

б) наличие инфраструктуры уровень материального достатка

с) периодический контроль состояния здоровья

5. Положения об инклюзивном образовании включены в Конвенцию ООН «О правах инвалидов» в:

а) 2002 году

б) 2004 году

с) 2006 году

Тема 6. Аналитическая деятельность вуза в сфере здоровьесбережения.

1. К абсолютным медицинским противопоказаниям к занятиям физической культурой относятся:

а) активная фаза ревматизма, миокардит

б) миопия более 5 диоптрий

с) инфекционные заболевания в острой фазе

д) гипертония II – III степени

е) ретинопатия III степени

2. Эффектом внедрения здоровьесберегающего обучения студентов является:

а) улучшение качества инфраструктуры

б) снижение уровня заболеваемости

с) стабилизация показателей психоэмоционального состояния

д) повышение качества жизни

3. Врачебно-педагогический контроль осуществляется :

- а) студентами самостоятельно
- б) преподавателями физической культуры
- с) врачами, работающими во врачебно-физкультурных кабинетах здравпунктов вузов**

4. Комплексная оценка здоровья складывается из

- а) оценки состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем
- б) оценки уровня развития физических качеств студента
- с) оценки уровней и гармоничности физического и нервно-психического развития студента, степени резистентности и реактивности организма**
- д) функционального состояния основных систем организма, наличия или отсутствия хронических заболеваний**

5. Медицинское обследование студентов бывает

- а) итоговое
- б) первичное повторное дополнительное
- с) дистанционное

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (ПК-4)

1. Характеристика базовых видов спорта региона, включенных в программу Олимпийских игр.
2. Оздоровительное значение региональных видов спорта, включенных в программу Олимпийских игр.
3. Основные проблемы в обучении педагогического состава образовательных учреждений в контексте реализации здоровьесберегающих технологий с использованием базовых региональных видов спорта.
4. Особенности и недостатки в организации занятий базовыми региональными видами спорта студенческой молодежи?
5. Реализация здоровьесберегающих технологий в условиях учебного и внеучебного процессов студенческой молодежи
6. Аналитическая деятельность специалистов вуза в сфере здоровьесбережения студенческой молодежи
7. Координация взаимодействия всех структурных подразделений, участвующих в организации спортивного и здоровьесберегающего воспитания студентов
8. Цели и периодичность включения в план медицинский осмотр студентов?
9. Основные критерии эффективности реализации Программы спортивного и здоровьесберегающего воспитания студентов

Типовые задания для зачета (ПК-4)

не предусмотрено

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	ПК-4	Применяет основные закономерности разработки здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях

«не зачтено» (0 - 49 баллов)	ПК-4	НЕ применяет основные закономерности разработки здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях
---------------------------------	------	--

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);

- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Айзман Р. И., Мельникова М. М., Косованова Л. В. Здоровьесберегающие технологии в образовании : Учебное пособие для вузов. - испр. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 282 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/452423>
2. Акимова Л. А., Лутовина Е. Е. Здоровьесберегающие технологии в школе: методика обучения и воспитания БЖД : Учебник Для СПО. - пер. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 336 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/446612>
3. Гараева, Е. А. Здоровьесберегающие технологии в профессионально-педагогическом образовании : учебное пособие. - Весь срок охраны авторского права; Здоровьесберегающие технологии в профессионально-педагогическом о. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2013. - 175 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/30107.html>

6.2 Дополнительная литература:

1. Абдуллин, Р. Р., Абдуллина, Е. П., Бажанова, О. И., Баженова, О. А., Бондаренко, С. А., Буркина, И. В., Волков, П. Б., Волкова, Н. М., Галянт, Е. В., Гимбицкая, А. А., Долматов, В. И., Дунникова, О. С., Ермакова, А. Ю., Ерюшева, Т. В., Жеребцова, И. В., Иванова, Г. С., Карась, Т. Ю., Катунцева, А. А. Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе : материалы регионального научно-методического семинара «физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» (25 марта 2015 года). - Весь срок охраны авторского права; Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовании. - Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015. - 164 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/51799.html>
2. Гаврилова И. А., Стожарова М. Ю., Полтавцева Н. В., Краснова Р. С. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании : монография. - 3-е изд., стереотип.. - Москва: Флинта, 2016. - 263 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83545>
3. Петряков П. А., Шувалова М. Е. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе : Учебное пособие для вузов. - испр. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 197 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/452888>
4. Цибулькинова, В. Е., Леванова, Е. А. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов. - Весь срок охраны авторского права; Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем. - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2017. - 148 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/75815.html>

6.3 Иные источники:

1. Библиотека научной и учебной литературы - <http://sbiblio.com>
2. Вопросы образования - <http://www.ecsocman.edu.ru/vo>
3. Гуманитарная электронная библиотека - <http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html>
4. Журнал "Педагогика" - <http://www.pedagogika-rao.ru/>
5. Журнал «Вопросы образования» - <http://www.ecsocman.edu.ru/vo>
6. Каталог образовательных интернет-ресурсов - http://www.edu.ru/index.php?page_id=6
7. Консультант студента. Гуманитарные науки: электронно-библиотечная система - <http://www.studentlibrary.ru>
8. Портал "Гуманитарное образование" - <http://www.humanities.edu.ru/>
9. Российский общеобразовательный портал - <http://www.school.edu.ru/>
10. Российская национальная библиотека - www.nlr.ru
11. Физкультура для всех - <http://www.fizkultura-vsem.ru>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Firefox

Google Chrome Google Inc. 12.09.2014 49.0.2623.112

Mozilla Firefox

Office 2007, 2010, 2016

Операционная система Microsoft Windows 7, 8, 10

Операционная система Microsoft Windows XP SP3

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. IPR BOOKS: электронно-библиотечная система. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>

2. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система. – URL: <https://biblioclub.ru>

3. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>

4. Юрайт: электронно-библиотечная система. – URL: <https://urait.ru>

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.