

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.04.2 Здоровьесберегающие технологии обучения и воспитания в начальной школе

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.....	8
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	Разрабатывает и реализует физкультурно-оздоровительный компонент здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания в начальной школе

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	Общие основы здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях	+						+					
2	Ознакомительная практика	+	+					+	+				
3	Педагогическая практика			+	+	+	+			+	+	+	+

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии обучения и воспитания в начальной школе» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии обучения и воспитания в начальной школе» 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 образовательные технологии как системный подход к обучению и воспитанию	4	1	2	-	6	10	Опрос
2	Правильная организация урока	3	1	2	-	6	10	Опрос; Тестирование
3	Интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока	3	1	2	1	6	10	Опрос
4	Здоровьесберегаю щая деятельность во внеучебное время.	2	-	4	1	6	10	Опрос; Тестирование
5	Образовательная среда на основе здоровьесберегаю щих технологий	2	1	4	1	8	10	Опрос
6	Здоровьесберегаю щие технологии в работе отдельного учителя	2	-	2	1	8	10	Опрос; Тестирование

Тема 1. Здоровьесберегающие образовательные технологии как системный подход к обучению и воспитанию (ПК-4)

Лекция.

Здоровьесберегающие образовательные технологии как системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся. Использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников. Здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе: технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса; технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников; разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности. Формирование творческой, стремящейся к сохранению физического здоровья личность обучающегося

Практическое занятие.

Основные задачи реализации здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания в начальной школе. Соблюдение требований СанПиНа. Пропаганда здорового образа жизни. Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Привитие учащимся знаний, умений и навыков, необходимых для принятия разумных решений по сохранению личного здоровья.

Задания для самостоятельной работы.

Охарактеризуйте работу на уроке в начальной школе по следующим критериям здоровьесбережения: обстановка и гигиенические условия в классе, количество видов учебной деятельности, средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности, количество видов преподавания, чередование видов преподавания, наличие и место методов, способствующих активизации, место и длительность применения ТСО, поза учащегося, чередование позы, наличие, место, содержание и продолжительность на уроке моментов оздоровления, напоминание на уроке о ЗОЖ. Наличие мотивации деятельности учащихся на уроке, психологический климат на уроке, эмоциональные разрядки на уроке, плотность урока, темп окончания урока.

Тема 2. Правильная организация урока (ПК-4)

Лекция.

Правильная организация урока: учет всех критериев здоровьесбережения на рациональном уровне. Обеспечение необходимого функционального состояния школьников в процессе учебной деятельности, возможности длительно поддерживать умственную работоспособность на высоком уровне и предупреждение преждевременного наступления утомления. Достижение главной цели учителя – запрос необходимой информации от ученика – получение требуемого ответа. Формирование мотивации к познанию, обучению, потребности к осознанию того что он хочет узнать, готовности и умения задать (сформулировать) вопрос. Индикаторы психофизического состояния ученика, его психологического здоровья, а также успешности в учебной деятельности: количество и качество задаваемых учеником вопросов.

Практическое занятие.

Этапность организации урока: 1-й этап: сообщение информации учителем (одновременно стимулирование появления вопросов); 2-й этап: формулирование вопросов учениками, 3-й этап: совместные ответы на вопросы (педагогика сотрудничества). Использование приемов внешней мотивация: оценки, похвалы, поддержки, соревновательного момента. Стимуляция внутренней мотивации:

стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу. Формирование взаимного интереса, который подавляет утомление.

Интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока

Задания для самостоятельной работы.

Способы формирования умения ученика задавать вопросы. Основные принципы: логика, краткость, информативность, четкая формулировка по сути вопроса. Правильное формулирование вопросов как показатель включенности ученика в обсуждаемую проблему и, следовательно, хорошего уровня его работоспособности; проявление познавательной активности; показатель адекватно развитых коммуникативных навыков.

Тема 3. Интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока (ПК-4)

Лекция.

Интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока

Снятие эмоционального напряжения

Использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач, введение в урок исторических экскурсов.

и отступлений. Задачи: обеспечение психологической разгрузки учащихся, транслирование информации развивающего и воспитательного плана, объяснение практической значимости изучаемой темы, побуждение к активизации самостоятельной познавательной деятельности и т. п.

Создание благоприятного психологического климата на уроке: предупреждение утомления учащихся, формирование дополнительного стимула для раскрытия творческих возможностей каждого ребенка.

Практическое занятие.

Создание доброжелательной обстановки на уроке: спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор и т.п. Задача: сформировать устойчивую потребность у ребенка входить в класс с желанием продолжить беседу, продемонстрировать свои знания, получить новую информацию. Задача: полное исключение эмоционального дискомфорта даже в случае, какой-либо неудачи ребенка при выполнении задания, освобождение его от нежелательных внутренних психологических барьеров, формирование способности выражать свою точку зрения.

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.

Тема 4. Здоровьесберегающая деятельность во внеучебное время. (ПК-4)

Лекция.

Здоровьесберегающая деятельность во внеучебное время. Расширение, углубление знаний по предметам «Окружающий мир», «Физическая культура», «Технология», «Литературное чтение» Формирование базовых представлений о гигиене, о предметах личной гигиены, о здоровом образе жизни, о профилактике здоровья, о человеческом организме, о закаливании, об инфекционных заболеваниях, о правильном питании, об опасностях в быту, в природе, на дороге. Планируемые предметные результаты. Знания, умения, личностные результаты: соблюдение элементарных правил личной гигиены, режима дня школьника и режима питания; потребность в активном образе жизни; воспитание чувства ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих.

Практическое занятие.

Методические основы освоения правил дорожного движения. Мероприятия по закреплению знаний в области безопасности дорожного движения в соответствии с возрастными особенностями учащихся начальной школы

Задания для самостоятельной работы.

Разработать перечень примерных мероприятий по реализации программы по здоровьесбережению «Здоровье первоклассника с включением режимного, гигиенического и двигательного компонентов

Тема 5. Образовательная среда на основе здоровьесберегающих технологий (ПК-4)

Лекция.

Школьные факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье обучающихся: стрессовая педагогическая тактика; несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников; несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса; недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей; провалы в существующей системе физического воспитания; интенсификация учебного процесса; функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья; частичное разрушение служб школьного медицинского контроля; отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни. Здоровье затратный характер существующей системы школьного образования. Педагогические резервы собственной деятельности учителя в сохранении и укреплении здоровья обучающихся. Классификация здоровьесберегающих технологий.

Практическое занятие.

Компоненты здоровьесберегающих технологий. Оптимальный уровень трудности, вариативности методов и форм обучения; оптимальное сочетание двигательных и статических нагрузок; обучение в малых группах; использование наглядности; сочетание различных форм предоставления информации; создание эмоционально благоприятной атмосферы; формирование мотивации к учебе; культивирование у обучающихся знаний по вопросам здоровья

Задания для самостоятельной работы.

Принципы эффективности здоровьесберегающей деятельности в школе.

комплексность; системность; целостность; динамичность (повторяемость); репрезентативность; методическое единство.

Тема 6. Здоровьесберегающие технологии в работе отдельного учителя (ПК-4)

Лекция.

Здоровье сберегающие технологии в работе отдельного учителя как системно организованная деятельность на едином методологическом фундаменте. Сочетание принципов педагогики сотрудничества. «Эффективные» педагогические техники, элементы педагогического мастерства, направленных на достижение оптимальной психологической адаптированности школьника к образовательному процессу. Забота о сохранении здоровья школьника и воспитание у него личным примером культуры здоровья.

Практическое занятие.

Задачи, стоящие перед учителем-реализатором концепции здоровьесбережения в образовательную практику. Объективная оценка своих достоинств и недостатков, связанных с профессиональной деятельностью, составление плана необходимой самокоррекции и его реализация. Необходимое повышение квалификации по вопросам здоровья, здоровьесберегающих технологий. Ревизия используемых в своей работе педагогических приемов и техник в аспекте их предполагаемого воздействия на здоровье обучающихся. Целенаправленная реализация здоровьесберегающих образовательных технологий в ходе проведения учебных занятий и внешкольной работы с обучающимися, отслеживание получаемых результатов, как по собственным ощущениям, так и с помощью объективных методов оценки.

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.

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 образовательные технологии как системный подход к обучению и воспитанию	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.	Правильная организация урока	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.	Интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока	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.	Здоровьесберегающая деятельность во внеучебное время.	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.	Образовательная среда на основе здоровьесберегающих технологий	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.	Здоровьесберегающие технологии в работе отдельного учителя	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.	Премияльные баллы		10	Дополнительные премияльные 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 образовательные технологии как системный подход к обучению и воспитанию

Каким критериям здоровьесбережения соответствует следующая информация: температура и свежесть воздуха, освещение класса и доски, монотонные неприятные звуковые раздражители

2.В каких педагогических случаях и с какой целью используются следующие методы: свободного выбора (свободная беседа, выбор способа действия, свобода творчества),

активные методы (ученик в роли: учителя, исследователя, деловая игра, дискуссия), а также методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, самооценки, взаимооценки)

3. В какое время и с какой продолжительностью целесообразно использовать следующие элементы здоровьесберегающих технологий: физкультминутки, динамические паузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек?

4. Какие составляющие определяют психологический климат на уроке?

5. Какую роль в процессе проведения урока играют следующие компоненты: шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, афоризм, музыкальная минутка, четверостишие?

Тема 2. Правильная организация урока

1. В какое время в процессе урока наблюдается момент наступления утомления и снижения учебной активности (определяется в ходе наблюдения по возрастанию двигательных или пассивных отвлечений в процессе учебной деятельности)?

2. Какому важному критерию здоровьесбережения соответствуют взаимоотношения на уроке: учитель - ученик (комфорт-напряжение, сотрудничество - авторитарность, учет возрастных особенностей); ученик - ученик (сотрудничество - соперничество, дружелюбие - враждебность, активность - пассивность, заинтересованность - безразличие)?

3. Охарактеризуйте содержание, темп и эмоциональную окраску заключительных минут урока, объясните целесообразность выбранных характеристик.

4. Прокомментируйте интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока.

5. Назовите способы и технологии снятия эмоционального напряжения, возникающего в ходе урока.

Тема 3. Интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока

1. Проанализируйте динамику интенсивности умственной деятельности ребенка в течение урока.

2. Выделите зону максимальной интенсивности умственной деятельности ребенка и определите меры по выработке способов ее регулирования.

3. Перечислите виды деятельности ребенка на уроке и объясните: насколько целесообразна смена видов деятельности в целях здоровьесбережения

4. Какие виды кратковременного активного отдыха в процессе урока вы знаете?

5. Перечислите виды локального мышечного утомления и способы его профилактики

Тема 4. Здоровьесберегающая деятельность во внеучебное время.

1. К какой категории образовательных технологий можно отнести следующие методические приемы: защитно-профилактические (личная гигиена и гигиена обучения) компенсаторно-нейтрализующие (физкультминутки; оздоровительная, пальчиковая, корригирующая, дыхательная и др. гимнастика, лечебная физкультура; массаж, самомассаж; психогимнастика), стимулирующие (элементы закаливания, физические нагрузки, приемы психотерапии, фитотерапии и др.); информационно-обучающие (письма, адресованные родителям, учащимся, педагогам).

2. Назовите основные показатели результативности использования здоровьесберегающих технологий.

3. Могут ли показатели снижения заболеваемости детей быть результатом использования здоровьесберегающих технологий?

4. Какие темы необходимо и возможно обсуждать на классном часе по программе здоровьесбережения?

5. В какой форме возможно формировать умения и навыки по соблюдению правил личной гигиены, режима дня, режима питания и т.д.?

Тема 5. Образовательная среда на основе здоровьесберегающих технологий

1. Какие методы здоровьесберегающих технологий вы знаете?

2. От чего зависит эффективность анализа здоровьесберегающей деятельности в школе?

3. Охарактеризуйте принципы, определяющие эффективность здоровьесберегающей деятельности в школе

4. Выделите группы, в которых используется различный подход к охране здоровья, а соответственно разные методы и формы работы:
5. Какую роль играют физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ) в комплексе здоровьесберегающих технологий в образовании?

Тема 6. Здоровьесберегающие технологии в работе отдельного учителя

1. Что является главной задачей реализации здоровьесберегающих технологий?
2. Какие подгруппы технологий определяют структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиН, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии?
3. Какие подгруппы технологий связаны с непосредственной работой учителя на уроке, воздействием, которое он оказывает все 45 минут на своих учеников?
4. Охарактеризуйте содержание подгруппы учебно-воспитательных технологий.
5. Объясните содержание и направленность медико-гигиенических технологий.

Тестирование

Тема 2. Правильная организация урока

1. Какие из представленных компонентов включают в себя понятие «здоровье»?
 - а) соматическое здоровье
 - б) физическое здоровье
 - с) психическое здоровье
2. Верное ли данное утверждение: «Здоровьесберегающая образовательная среда – это особый уклад деятельности образовательного учреждения, который поддерживает здоровый образ жизни ее субъектов и содействует их саморазвитию в обретении ценности здоровья»?
 - а) верное
 - б) не верное
 - с) затрудняюсь ответить
3. Сколько критических периодов выделяют в развитии ребенка?
 - а) 1
 - б) 2
 - с) 3
4. Получение удовольствия от самосовершенствования - одно из мотивационных направлений, способствующих формированию здорового образа жизни у детей. Какой из примеров наглядно иллюстрирует данное направление?
 - а) когда человек знает, что-то или иное действие напрямую угрожает его жизни, он это действие не совершает.
 - б) ощущение здоровья приносит мне радость, поэтому я делаю все, чтобы испытать это чувство.
 - с) если я буду здоров, я смогу подняться на более высокую ступень общественной лестницы
5. Большая учебная нагрузка и связанные с ней нарушения режима дня - фактор, неблагоприятно влияющий на здоровье учащихся и относящийся к группе ... факторов
 - а) учебно-организационных
 - б) гигиенических
 - с) психолого-педагогических

Тема 4. Здоровьесберегающая деятельность во внеучебное время.

1. К принципам здоровьесберегающих образовательных технологий относятся:

- а) учет возрастно-половых особенностей**
- б) структурирование урока на три части в зависимости от уровня умственной работоспособности учащихся**
- с) учет состояния здоровья ученика и его индивидуальных психофизиологических особенностей при выборе форм, методов и средств обучения**
- д) все вышеперечисленные факторы**

2. Физкультминутки и динамические паузы относятся к ...

- а) средствам двигательной направленности**
- б) оздоровительным силам природы**
- с) гигиеническим средствам**
- д) нет правильного ответа**

3. К условиям здоровьесберегающей среды можно отнести:

- а) качественное медицинское обслуживание**
- б) особенности работы с трудными подростками в классе**
- с) развитие навыков работы с компьютером и интерактивной доской**
- д) все вышеперечисленные компоненты**

4. Привычка соблюдать элементарные правила личной гигиены, режима дня школьника и режима питания – это

- а) универсальные учебные действия**
- б) личностные результаты**
- с) понятия и представления**

5. Здоровьесберегающая образовательная среда – это

- а) особый вид постройки образовательного учреждения, который оберегает младших школьников от воздействия ультрафиолетовых лучей**
- б) особый уклад деятельности образовательного учреждения, который поддерживает здоровый образ жизни ее субъектов и содействует их саморазвитию в обретении ценности здоровья**
- с) день в середине учебного месяца, в который все учащиеся проходят медицинский осмотр.**

Тема 6. Здоровьесберегающие технологии в работе отдельного учителя

1. В качестве системообразующего принципа здоровье сберегающей педагогики выступает

- а) научно - методическая обеспеченность работы, подбор и подготовка педагогических кадров**
- б) приоритет заботы о здоровье обучающихся**
- с) финансовое обеспечение всего проекта**

2. Эффективность здоровье сбережения в образовании определяют

- а) медико-гигиенические технологии и физкультурно-оздоровительные технологии**
- б) экологические здоровье сберегающие технологии и технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ТОБЖ); здоровьесберегающие образовательные технологии**
- с) все вышесказанное верно**

3. Необходимое условие для полноценного анализа данных, подразумевающее всестороннее представление результатов по каждому учреждению образования. – принцип

- а) динамичности**
- б) репрезентативности**
- с) целостности**

4. Методическое единство как принцип здоровье сбережения представляет собой

а) обусловленность требованиями статистики, согласно которым надежность выводов и заключений зависит от объема исследованной выборки

б)непременное условие сопоставимости данных, полученных на разных этапах исследования, в разных регионах, в различных учреждениях образования

с)многократное (два раза в год - осенью и весной; в течение ряда лет) обследование одних и тех же учреждений образования, контингентов обучающихся, конкретных учеников.

5.В здоровье сберегающих технологиях применяют такие методы как

а)фронтальный, групповой, практический

б)познавательная игра, ситуационный метод, игровой метод, соревновательный, активные методы обучения

с) все вышеперечисленные методы

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (ПК-4)

1. Охарактеризуйте принципы, определяющие эффективность здоровьесберегающей деятельности в школе

2. Какие методы здоровьесберегающих технологий вы знаете?

2. От чего зависит эффективность анализа здоровьесберегающей деятельности в школе?

3. Выделите группы, в которых используется различный подход к охране здоровья, а соответственно здоровьесберегающих технологий в образовании

4. Какую роль играют физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ) в комплексе?

5. Условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);

6. Распределение интенсивности умственной нагрузки в течение урока и рабочего дня.

рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);

соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;

необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

7. Характеристика методических приемов, используемых в здоровьесберегающих технологиях: защитно-профилактических, компенсаторно-нейтрализующих стимулирующих; информационно-обучающих.

8.Назовите основные показатели результативности использования здоровьесберегающих технологий

9.К какой категории образовательных технологий можно отнести следующие методические приемы: защитно-профилактические (личная гигиена и гигиена обучения) компенсаторно-нейтрализующие (физкультминутки; оздоровительная, пальчиковая, корригирующая, дыхательная и др. гимнастика, лечебная физкультура; массаж, самомассаж; психогимнастика), стимулирующие(элементы закаливания, физические нагрузки, приемы психотерапии, фитотерапии и др.); информационно-обучающие (письма, адресованные родителям, учащимся, педагогам).

10. Показатели снижения заболеваемости детей как результат использования здоровьесберегающих технологий

11.Тематика обсуждений на классном часе по программе здоровьесбережения

12.В какой форме возможно формировать умения и навыки по соблюдению правил личной гигиены, режима дня, режима питания и т.д.?

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	Способен проводить занятия по общей физической подготовке, с использованием средств, методов и приемов региональных базовых оздоровительных видов физкультурно-спортивной деятельности.
«не зачтено» (0 - 49 баллов)	ПК-4	НЕ способен проводить занятия по общей физической подготовке, с использованием средств, методов и приемов региональных базовых оздоровительных видов физкультурно-спортивной деятельности.

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. Белова Л. В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие. - Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2015. - 93 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457868>
2. Петряков П.А., Шувалова М.Е. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе : учеб. пособие для академ. бакалавриата. - 2-е изд., испр. и доп.. - Москва: Юрайт, 2019. - 195, [1] с.
3. 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>

6.2 Дополнительная 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. Белова, Л. В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : практикум. - Весь срок охраны авторского права; Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образо. - Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2017. - 95 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/69041.html>
3. 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>
4. 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>

6.3 Иные источники:

1. Вопросы образования - <http://www.ecsocman.edu.ru/vo>
2. Гуманитарная электронная библиотека - <http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html> - <http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html>
3. Журнал «Вопросы образования» - <http://www.ecsocman.edu.ru/vo>
4. Журнал «Педагогика» - <http://pedagogika-rao.ru/headings/>
5. Навигатор образовательных программ дошкольного образования - <https://firo.ranepa.ru/navigator-programm-do>
6. Образовательный портал "Учёба" - www.Ucheba.com

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

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. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: <https://elibrary.ru>

3. Научная электронная библиотека Российской академии естествознания. – URL: <https://www.monographies.ru>

4. Тамбовская областная универсальная научная библиотека им. А.С. Пушкина. – URL: <http://www.tambovlib.ru>

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

6. Электронная библиотека ТГУ. – URL: <https://elibrary.tsutmb.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.