УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УНИВЕРСИТЕТ УПРАВЛЕНИЯ «ТИСБИ»
Кафедра педагогики психологии

Утверждаю.
Зав. кафедрой:
канд.пед.наук, доцент
_____ А.Л. Короткова
Протокол заседания кафедры № 7
от 7 апреля 2026 г.

Рабочая программа дисциплины

Наименование дисциплины	Педагогические технологии здоровьесбережения в начальном образовании
По направлению подготовки	44.03.01 Педагогическое образование
Профиль подготовки	Начальное образование
Год набора	2025, 2026

Составители:
К.пс.н., доцент Чукмарова Г.Ф.

Казань 2026

Содержание

1. Цели и задачи учебной дисциплины……..3
2. Место дисциплины в структуре ОПОП…….…4
3. Требования к результатам освоения дисциплины ……...6
4. Структура и содержание дисциплины……7
4.1 Модульно-тематический план и пояснительная записка с указанием этапов формирования компетенций…….7
4.2 Содержание дисциплины по темам (разделам)……10
4.3 Планы практических и семинарских занятий……13
5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов ……....16
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины…….18
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины……..19
8. Оценка компетенций по изучаемой дисциплине……19
Приложение 1.Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины……..…….…….22
Приложение 2. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине ….……...23

1. Цели и задачи учебной дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование представлений о современных педагогических технологиях в области сохранения и укрепления здоровья детей младшего школьного возраста, углубление и расширение знаний студентов по проблемам здоровья и здорового образа жизни.

Задачами освоения дисциплины являются:

- познакомить студентов с основными методическими подходами применения педагогических технологий здоровьесбережения;
- познакомить студентов с современными технологиями организации образовательной работы в начальной школе с целью сохранения и укрепления здоровья обучающихся;
- научить использовать полученные знания о здоровье и здоровом образе жизни при моделировании педагогического процесса;
- развивать у студентов проектировочные, организаторские и творческие умения.

После освоения данной дисциплины студент должен:

знать: здоровьесберегающие основы использования педагогических технологий; принципы индивидуального подхода к обучающимся в учебно-воспитательном процессе здоровьесберегающего характера; принципы формирования здорового образа жизни, риски и опасности социальной среды и школьного образовательного пространства;

уметь: проводить оценку образовательных технологий по их здоровьесберегающей направленности, проводить диагностику индивидуальных особенностей и состояния здоровья обучающихся, анализировать содержание занятий с позиций здоровьесбережения; учитывать риски и опасности социальной среды и школьного образовательного пространства;

владеть: навыками диагностики индивидуально-типологических особенностей младших школьников и использования этих данных в образовательном процессе; анализа образовательного процесса, педагогических технологий, путей межпредметной интеграции в области здоровьесбережения; анализа содержания занятий с позиций здоровьесбережения; организации и разработки содержания воспитательной работы и работы с родителями в области формирования и обеспечения здоровья детей младшего школьного возраста

2.Место дисциплины в структуре ОПОП

Данная дисциплина относится к группе дисциплин по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана.

Дисциплина находится во взаимосвязи с дисциплинами согласно схеме:

ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ УЧЕБНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Анатомия и возрастная физиология
Общая и возрастная психология
Педагогика
Теория обучения и воспитания
Физическая культура и спорт
Безопасность жизнедеятельности

Педагогические технологии здоровьесбережения в начальном образовании

ОБЕСПЕЧИВАЕМЫЕ УЧЕБНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и методика физического воспитания
Производственная практика (педагогическая практика)
Производственная практика (преддипломная практика)

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Дисциплина «Педагогические технологии здоровьесбережения в начальном образовании» участвует в формировании следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению «Педагогическое образование»:

ПК-10 «Способен планировать и организовывать образовательную работу с детьми в соответствии с ФГОС, ООП, на основе результатов педагогического мониторинга и рекомендаций специалистов»

После освоения дисциплины студент должен получить следующие образовательные результаты соотнесённые с индикаторами достижения компетенций

Декомпозиция компетенций

Индикаторы	**Результаты обучения по дисциплине**
	Компетенция ПК-10
ПК-10.1 Применяет в практике основы деятельностного подхода в реализации основной образовательной программы	Знает здоровье сберегающие основы использования педагогических технологий; принципы индивидуального подхода к обучающимся в учебно-воспитательном процессе здоровьесберегающего характера; принципы формирования здорового образа жизни, риски и опасности социальной среды и школьного образовательного пространства; Умеет проводить оценку образовательных технологий по их здоровьесберегающей направленности, проводить диагностику индивидуальных особенностей и состояния

	здоровья обучающихся, анализировать содержание занятий с позиций здоровьесбережения; учитывать риски и опасности социальной среды и школьного образовательного пространства; Владеет навыками диагностики индивидуально-типологических особенностей младших школьников и использования этих данных в образовательном процессе; анализа образовательного процесса, педагогических технологий, путей межпредметной интеграции в области здоровьесбережения; анализа содержания занятий с позиций здоровьесбережения; организации и разработки содержания воспитательной работы и работы с родителями в области формирования и обеспечения здоровья детей младшего школьного возраста;

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Модульно-тематический план и пояснительная записка с указанием этапов формирования компетенций

Общая трудоемкость дисциплины по очному обучению составляет 2 зачетные единицы (72 часа).

Модульно-тематический план для студентов очной формы обучения

Модульная разбивка учебной дисциплины					
Направление: 44.03.01 Педагогическое образование Дисциплина: «Педагогические технологии здоровьесбережения в начальном образовании»					
Наименование модулей	Количество ауд. часов		Самост оят. работа	Всего часов	Индикаторы компетенции
	Лекц. очное	Прак. очное			
Тема 1. Введение	1	1	2	4	ПК-10
Тема 12. История проблемы здоровьесбережения у детей.	2	2	4	8	
Тема 3. Понятие о здоровом образе жизни и его компонентах	2	2	4	8	
Тема 4. Культура здоровья	2	2	4	4	
Тема 5. Педагогические технологии здоровьесбережения в образовательном процессе в начальной школе	4	4	18	26	
Подготовка к зачету			18	18	
ИТОГО	11	11	50	72	

* Данная тема изучается с элементами интерактивных методов обучения.

Модульно-тематический план для студентов заочной формы обучения

Модульная разбивка учебной дисциплины					
Направление: 44.03.01 Педагогическое образование Дисциплина: «Педагогические технологии здоровьесбережения в начальном образовании»					
Наименование модулей	Количество ауд. часов		Самост оят. работа	Всего часов	Индикаторы компетенции
	Лекц. очное	Прак. очное			
Тема 1. Введение	1	1	4	6	ПК-10
Тема 12. История проблемы здоровьесбережения у детей.	1	1	6	8	
Тема 3. Понятие о здоровом образе жизни и его компонентах			10	10	
Тема 4. Культура здоровья		2	8	10	
Тема 5. Педагогические технологии здоровьесбережения в образовательном процессе в начальной школе	2		18	20	
Подготовка к зачету			18	18	
ИТОГО	4	4	64	72	

Пояснительная записка с этапами формирования компетенций

Данный модульный курс состоит из модуля, порядок освоения тем которого выстраивает траекторию и этапы формирования заявленных компетенций (или их составляющих).

В результате изучения модуля студент должен:

знать: здоровьесберегающие основы использования педагогических технологий; принципы индивидуального подхода к обучающимся в учебно-воспитательном процессе здоровьесберегающего характера; принципы формирования здорового образа жизни, риски и опасности социальной среды и школьного образовательного пространства;

уметь: проводить оценку образовательных технологий по их здоровьесберегающей направленности, проводить диагностику индивидуальных особенностей и состояния здоровья обучающихся, анализировать содержание занятий с позиций здоровьесбережения; учитывать риски и опасности социальной среды и школьного образовательного пространства;

владеть: навыками диагностики индивидуально-типологических особенностей младших школьников и использования этих данных в

образовательном процессе; анализа образовательного процесса, педагогических технологий, путей межпредметной интеграции в области здоровьесбережения; анализа содержания занятий с позиций здоровьесбережения; организации и разработки содержания воспитательной работы и работы с родителями в области формирования и обеспечения здоровья детей младшего школьного возраста

По результатам освоения дисциплины проводится зачет

4.2. Содержание дисциплины по темам

Тема 1. Введение

Здоровье, его признаки и компоненты.Педагогика здоровья и педагогические технологии. Понятие о педагогических технологиях здоровьесбережения

Тема 2. История проблемы здоровьесбережения у детей.

Первые идеи о здоровьесбережении в педагогике. Зарождение школьной гигиены. Вклад И.Венцеля, Н.И. Пирогова и И.И. Мечникова в зарождение педагогики здоровья. Идея «педагогизации среды» П.Ф. Лесгафта и И.Т.Шацкого. Взгляды К.Д. Ушинского на здоровьесбережение в образовательном процессе. Система формирования здоровья школьников И.И. Мильмана. Появление валеологии как общей теории здоровья и её критика. Здоровьесбережение школьников на современном этапе.

Тема 3. Понятие о здоровом образе жизни и его компонентах.

Образ жизни человека. Категории образа жизни. Значение здорового образа жизни для человека. Компоненты здорового образа жизни. Мотивации здоровья и здорового образа жизни. Теории питания и роль питания в здоровье человека. Потребность в питании младших школьников. Болезни человека, вызванные неправильным питанием. Основы рационального питания.Двигательная активность и здоровье. Роль физических упражнений в профилактике стресса. Понятие о физической культуре. Двигательные качества и их особенности у детей. Рекомендации по использованию средств тренировки для основных систем организма. Принципы физической тренировки младших школьников.

Тема 4. Культура здоровья.

Формирование культуры здоровья у младших школьников в учебное и внеучебное время. Образованность, сознательность и поведение как основные элементы культуры здоровья. Взаимодействие между ними. Общепатогенные факторы, оказывающие неблагоприятное воздействие на здоровье детей в школе. Факторы, связанные с образовательным процессом, оказывающие неблагоприятное воздействие на здоровье детей..

Тема 5. Педагогические технологии здоровьесбережен ия в образовательном процессе в начальной школе

Принципы педагогических технологий здоровьесбережения в начальной школе. Медико-профилактические и физкультурно-оздоровительные здоровьесберегающие технологии. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка, здоровьесбережения педагогов и здоровьесберегающего просвещения родителей.Здоровьесберегающее пространство в начальной школе. Ритмопластика как технология здоровьесбережения. Примеры упражнений по ритмопластике. Подвижные и спортивные игры: особенности использования технологии, примеры подвижных и спортивных игр.Физкультминутки как технология здоровьесбережения: требования к проведению, примеры использования технологии. Релаксация как технология здоровьесбережения: особенности использования, примеры упражнений. Пальчиковая гимнастика как технология здоровьесбережения. Взаимосвязь развития мелкой моторики и речи. Примеры пальчиковых упражнений.Дыхательная гимнастика как технология здоровьесбережения. Правильное дыхание. Требования к дыхательной гимнастике младшего школьника. Примеры дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз как технология здоровьесбережения. Условия применения упражнений для глаз. Примеры упражнений для глаз. Ортопедическая гимнастика как технология здоровьесбережения. Значение, правила проведения и примеры упражнений ортопедической гимнастики. Урок физкультуры в начальной школе. Требования к проведению. Структура урока. Примеры упражнений. Урок по теме «Человек и здоровье». Содержание и особенности методики проведения урока. Арт-терапия как технология здоровьесбережения. Направления арт-терапии: изотерапия, музыкотерапия, сказкотерапия, цветотерапия. Психогимнастика как технология здоровьесбережения. Структура занятия по психогимнастике, примеры упражнений. Технологии закаливания младших школьников. Принципы и способы закаливания. Примеры закаливающих процедур

4.3. Планы практических и семинарских занятий

Тема 1. Введение

Здоровье, его признаки и компоненты.Педагогика здоровья и педагогические технологии. Понятие о педагогических технологиях здоровьесбережения

Тема 2. История проблемы здоровьесбережения у детей.

Первые идеи о здоровьесбережении в педагогике. Зарождение школьной гигиены. Вклад И.Венцеля, Н.И. Пирогова и И.И. Мечникова в зарождение педагогики здоровья. Идея «педагогизации среды» П.Ф. Лесгафта и И.Т.Шацкого. Взгляды К.Д. Ушинского на здоровьесбережение в образовательном процессе. Система формирования здоровья школьников И.И.

Мильмана. Появление валеологии как общей теории здоровья и её критика. Здоровьесбережение школьников на современном этапе.

Тема 3. Понятие о здоровом образе жизни и его компонентах.

Образ жизни человека. Категории образа жизни. Значение здорового образа жизни для человека. Компоненты здорового образа жизни. Мотивации здоровья и здорового образа жизни. Теории питания и роль питания в здоровье человека. Потребность в питании младших школьников. Болезни человека, вызванные неправильным питанием. Основы рационального питания.Двигательная активность и здоровье. Роль физических упражнений в профилактике стресса. Понятие о физической культуре. Двигательные качества и их особенности у детей. Рекомендации по использованию средств тренировки для основных систем организма. Принципы физической тренировки младших школьников.

Тема 4. Культура здоровья.

Формирование культуры здоровья у младших школьников в учебное и внеучебное время. Образованность, сознательность и поведение как основные элементы культуры здоровья. Взаимодействие между ними. Общепатогенные факторы, оказывающие неблагоприятное воздействие на здоровье детей в школе. Факторы, связанные с образовательным процессом, оказывающие неблагоприятное воздействие на здоровье детей..

Тема 5. Педагогические технологии здоровьесбережения в образовательном процессе в начальной школе

Принципы педагогических технологий здоровьесбережения в начальной школе. Медико-профилактические и физкультурно-оздоровительные здоровьесберегающие технологии. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка, здоровьесбережения педагогов и здоровьесберегающего просвещения родителей.Здоровьесберегающее пространство в начальной школе. Ритмопластика как технология здоровьесбережения. Примеры упражнений по ритмопластике. Подвижные и спортивные игры: особенности использования технологии, примеры подвижных и спортивных игр.Физкультминутки как технология здоровьесбережения: требования к проведению, примеры использования технологии. Релаксация как технология здоровьесбережения: особенности использования, примеры упражнений. Пальчиковая гимнастика как технология здоровьесбережения. Взаимосвязь развития мелкой моторики и речи. Примеры пальчиковых упражнений.Дыхательная гимнастика как технология здоровьесбережения. Правильное дыхание. Требования к дыхательной гимнастике младшего школьника. Примеры дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз как технология здоровьесбережения. Условия применения упражнений для глаз. Примеры упражнений для глаз. Ортопедическая гимнастика как технология здоровьесбережения. Значение, правила проведения и примеры упражнений ортопедической гимнастики.

Урок физкультуры в начальной школе. Требования к проведению. Структура урока. Примеры упражнений. Урок по теме «Человек и здоровье». Содержание и особенности методики проведения урока. Арт-терапия как технология здоровьесбережения. Направления арт-терапии: изотерапия, музыкотерапия, сказкотерапия, цветотерапия. Психогимнастика как технология здоровьесбережения. Структура занятия по психогимнастике, примеры упражнений. Технологии закаливания младших школьников. Принципы и способы закаливания. Примеры закаливающих процедур

5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа студентов регламентируется Положением об организации самостоятельной работы студентов.

Основными видами учебных занятий для студентов по данному курсу учебной дисциплины являются: лекции, практические занятия и самостоятельная работа студентов. Самостоятельная работа студентов является составной частью их учебной работы и имеет целью закрепление и углубление полученных знаний, умений и навыков, поиск и приобретение новых знаний.

Самостоятельная работа студентов включает в себя освоение теоретического материала на основе лекций, основной и дополнительной литературы; подготовку к семинарским занятиям в индивидуальном и групповом режиме. Советы по самостоятельной работе с точки зрения использования литературы, времени, глубины проработки темы и др., а также контроль за деятельностью студента осуществляется во время семинарских занятий.

Целью преподавателя является стимулирование самостоятельного, углублённого изучения материала курса, хорошо структурированное, последовательное изложение теории на лекциях, отработка навыков решения задач и системного анализа ситуаций на семинарских занятиях, контроль знаний студентов.

При подготовке к семинарским занятиям и выполнении контрольных заданий студентам следует использовать литературу из приведенного в данной программе списка, а также руководствоваться указаниями и рекомендациями преподавателя.

Перед каждым семинарским занятием студент изучает план семинарского занятия с перечнем тем и вопросов, списком литературы.

Студенту рекомендуется следующая схема подготовки к семинарскому занятию и выполнению домашних заданий:

- проработать конспект лекций;
- проанализировать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу (модулю);
- при затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Сложные вопросы можно вынести на обсуждение на семинар или на индивидуальные консультации. Контрольные работы состоят из вопросов и задач, аналогичным задачам домашних заданий. Они оцениваются по 50 балльной системе в соответствии с Положением о модульно-рейтинговой системе организации учебного процесса и оценки успеваемости студентов, и выполняются в учебные часы по расписанию в виде письменного решения индивидуальных контрольных заданий.

Для более глубокого освоения дисциплины студентам рекомендуется учебные пособия из списка основной литературы. На семинарских занятиях приветствуется способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективное решение поставленных проблем.

Контроль над ходом и результатами самостоятельной работы студентов может осуществляться в сплошной, индивидуальной, выборочной формах.

Задания для самостоятельной работы студентов

Характеристика здоровьесберегающего пространства начальной школы.

Анализ режима дня младшего школьника с позиций здоровьесбережения

На листах формата А4 схематически изобразить различные виды дефектов осанки, указать причины данной деформации. Виды дефектов: плоская спина. круглая и сутулая спина, плоско – вогнутая, кругло – вогнутая, ассиметричная

Схематично изобразить 3 вида отпечатков стопы: а) нормальная; б) уплощённая; в) плоская.

При помощи любого красящего раствора смочить собственную стопу (любая нога) и поставить на развёрнутый на полу чистый лист бумаги.

На каждый вид дефекта осанки подобрать и продемонстрировать не менее 5-7 упражнений.

Разработайте и опишите модель семьи, воспитывающей здорового ребенка

Разработать план и формы работы с родителями по формированию здорового образа жизни у детей.

Используя собственные наблюдения за семейным воспитанием, опишите, в какой степени среда и воспитание в конкретной семье влияют на формирование здоровья ребенка (можете использовать пример своей семьи, близких, знакомых).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Основная литература

1. Тихомирова, Л. Ф. Здоровьесберегающая педагогика : учебник для вузов / Л. Ф. Тихомирова, Т. В. Макеева. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 251 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06930-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/586566 (дата обращения: 07.05.2026).

2. Тихомирова, Л. Ф. Здоровьесберегающая педагогика : учебник для вузов / Л. Ф. Тихомирова, Т. В. Макеева. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 251 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06930-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/586566 (дата обращения: 07.05.2026).

Дополнительная литература

1. 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) / Р. Р. Абдуллин, Е. П. Абдуллина, О. И. Бажанова [и др.]. — Комсомольск-на-Амуре : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015. — 164 с. — ISBN 978-5-85094-592-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/51799.html (

2. Цибульникова, В. Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В. Е. Цибульникова, Е. А. Леванова ; под редакцией Е. А. Левановой. — 2-е изд. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2024. — 148 с. — ISBN 978-5-4263-0490-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/145838.html

Интернет-ресурсы и профессиональные базы данных:

http://www.iprbookshop.ru Электронно-библиотечная система «IPRbooks»

https://urait.ru Образовательная платформа Юрайт

Сайт Страна Мастеров http://stranamasterov.ru

http://www.rsl.ru/ru/s97/s339/ - Электронный каталог Российской государственной библиотеки

http://www.edu.ru/ - портал «Российское образование».

https://n-shkola.ru - сайт журнала «Начальная школа».

http://psylist.net/pedagogika/ - сайт, посвященный науке «Педагогика».

http://psylist.net/pedagog/ - сайт, посвященный психологии ребенка.

http://school2100.com/izdaniya/magazine/ - журнал «Начальная школа плюс До и После».

http://1september.ru/ - издательский дом «Первое сентября».

http://www.school2100.ru/ - образовательная система «Школа 2100».

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

В процессе изучение данной дисциплины используется учебная аудитория, кабинет для самостоятельной работы студентов, аудитория для

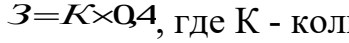
курсового проектирования, читальный зал, видеопроекционное оборудование, компьютер, оснащенный типовым пакетом системного и офисного ПО, в соответствии с Реестром материально-технического обеспечения аудиторного фонда Университета управления «ТИСБИ».

8. Оценка компетенций по изучаемой дисциплине

Для оценки компетентности рекомендуется использовать рейтинговую оценку знаний, умений и навыков студента по окончанию изучения каждого Модуля в соответствии с Положением о модульно-рейтинговой системе организации образовательного процесса. Итоговая оценка (в баллах) складывается из баллов, набранных по каждому Модулю (семестровая оценка) и баллов, набранных, непосредственно на зачете.

Расчет набранных баллов по дисциплине осуществляется в следующей последовательности:

, где М – количество баллов по модулю; n – количество модулей

, где К - количество баллов на зачете;

, где П – поощрительные баллы (от 1 до 5).

Уровень сформированности компетенций и их основные признаки оцениваются по следующим таблицам:

Оценка уровня сформированности компетенции
ПК-10 «Способен планировать и организовывать образовательную работу с детьми в соответствии с ФГОС, ООП, на основе результатов педагогического мониторинга и рекомендаций специалистов» в части дисциплины «Педагогические технологии здоровьесбережения в начальном образовании»

№ п/п	Уровни сформированности компетенции	Основные признаки уровня	Инструменты оценки сформированности уровня
1	2	3	4
1	**Пороговый уровень (как минимально допустимый)** (от 60 до 70 баллов)	Знает на пороговом уровне здоровье сберегающие основы использования педагогических технологий; принципы индивидуального подхода к обучающимся в учебно-воспитательном процессе здоровьесберегающего характера; принципы формирования здорового образа жизни, риски и опасности социальной среды и школьного образовательного пространства; Умеет на пороговом уровне проводить оценку образовательных технологий по их здоровьесберегающей направленности, проводить	выступление на семинаре; реферат; тестирование зачет

		диагностику индивидуальных особенностей и состояния здоровья обучающихся, анализировать содержание занятий с позиций здоровьесбережения; учитывать риски и опасности социальной среды и школьного образовательного пространства; Владеет на пороговом уровне навыками диагностики индивидуально-типологических особенностей младших школьников и использования этих данных в образовательном процессе; анализа образовательного процесса, педагогических технологий, путей межпредметной интеграции в области здоровьесбережения; анализа содержания занятий с позиций здоровьесбережения; организации и разработки содержания воспитательной работы и работы с родителями в области формирования и обеспечения здоровья детей младшего школьного возраста;	
2	**Базовый уровень (относительно порогового уровня) (**От 71 до 85 баллов**)**	Знает на базовом уровне здоровье сберегающие основы использования педагогических технологий; принципы индивидуального подхода к обучающимся в учебно-воспитательном процессе здоровьесберегающего характера; принципы формирования здорового образа жизни, риски и опасности социальной среды и школьного образовательного пространства; Умеет на базовом уровне проводить оценку образовательных технологий по их здоровьесберегающей направленности, проводить диагностику индивидуальных особенностей и состояния здоровья обучающихся, анализировать содержание занятий с позиций здоровьесбережения; учитывать риски и опасности социальной среды и школьного образовательного пространства; Владеет на базовом уровне навыками диагностики индивидуально-типологических особенностей	выступление на семинаре; реферат; тестирование зачет

		младших школьников и использования этих данных в образовательном процессе; анализа образовательного процесса, педагогических технологий, путей межпредметной интеграции в области здоровьесбережения; анализа содержания занятий с позиций здоровьесбережения; организации и разработки содержания воспитательной работы и работы с родителями в области формирования и обеспечения здоровья детей младшего школьного возраста;	
3	**Повышенный уровень (относительно порогового уровня)** (От 86 до 100 баллов)	Знает на продвинутом уровне здоровьесберегающие основы использования педагогических технологий; принципы индивидуального подхода к обучающимся в учебно-воспитательном процессе здоровьесберегающего характера; принципы формирования здорового образа жизни, риски и опасности социальной среды и школьного образовательного пространства; Умеет на продвинутом уровне проводить оценку образовательных технологий по их здоровьесберегающей направленности, проводить диагностику индивидуальных особенностей и состояния здоровья обучающихся, анализировать содержание занятий с позиций здоровьесбережения; учитывать риски и опасности социальной среды и школьного образовательного пространства; Владеет на продвинутом уровне навыками диагностики индивидуально-типологических особенностей младших школьников и использования этих данных в образовательном процессе; анализа образовательного процесса, педагогических технологий, путей межпредметной интеграции в области здоровьесбережения; анализа содержания занятий с позиций здоровьесбережения;	выступление на семинаре; реферат; тестирование зачет

		организации и разработки содержания воспитательной работы и работы с родителями в области формирования и обеспечения здоровья детей младшего школьного возраста;	

Приложение 1

Методические рекомендации для обучающихся

Студентам на первом занятии необходимо ознакомиться с рабочей программой дисциплины, где прописаны цели, задачи и трудоемкость дисциплины. Перед началом изучения дисциплины необходимо повторить учебный материал обеспечивающих учебных дисциплин предшествующих курсов, которые дают основу для изучения дисциплины.

Затем необходимо ознакомиться с порядком изучения дисциплины, т.е. модульно-тематическим планом и пояснительной запиской с указанием этапов формирования заявленных компетенций.

И, наконец, ознакомиться с порядком оценивания результатов обучения, для чего необходимо изучить следующие документы: Положение о модульно-рейтинговой системе оценивания и Принципы оценки уровня знаний, умений и навыков (характеристика ответа).

Студент должен внимательно изучить перечень основной (дополнительной) литературы и взять необходимые учебники в библиотеке.

При подготовке к семинарскому занятию необходимо уточнить план проведения занятий, подготовить необходимую документацию. Практические занятия проводятся после лекционного изучения темы. При изучении данного курса преподавателем используются интерактивные методы обучения, что помогает эффективнее сформировать заявленные компетенции. Интерактивные формы обучения обеспечивают высокую мотивацию, прочность знаний, творчество, коммуникабельность, командный дух, ценность индивидуальности, свободу самовыражения, акцент на деятельность, взаимоуважение и демократичность. После того, как собрана информация об основных источниках по теме, можно переходить к их изучению. Важнейшей задачей работы на данном этапе является изучение основных понятий, научных и практических проблем изучаемой темы, разных точек зрения на нее.

Необходимо провести анализ, сравнение, группировку, систематизацию и обобщение собранных материалов, и не ограничиваться простой констатацией традиционных учебных знаний или теоретических рассуждений из научных трудов. Работа не должна носить репродуктивный характер, то есть подразумевает собственные выводы студента на основе изучения теоретического материала.

После теоретического изучения темы целесообразно составить ее конспект. В нем необходимо раскрыть степень изученности излагаемого вопроса, дать четкое понимание темы рассматриваемого предмета. Если же встречаются различия в мнениях нескольких авторов, следует сравнить их и, отметив замеченные расхождения, выработать свою точку зрения по данной проблеме. В заключение конспекта необходимо указать возникшие во время изучения вопросы для обсуждения их на практических занятиях.

Приложение 2

УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УНИВЕРСИТЕТ УПРАВЛЕНИЯ «ТИСБИ»

Кафедра психологии и педагогики

Фонд оценочных средств
для проведения текущей и промежуточной
аттестации по дисциплине
«Педагогические технологии здоровьесбережения в начальном образовании»

направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование
профиль подготовки: Начальное образование

Казань

Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств
2. Наполнение фонда оценочных средств по формам контроля
2.1. Фонд оценочных средств и шкала оценивания для текущего контроля.
2.1.1 выступление на семинаре
2.1.2 реферат
2.1.3 тестирование

2.2 Фонд оценочных средств и шкала оценивания для промежуточного контроля.
2.2.1 Фонд оценочных средств для проверки знаний и умений (вопросы к зачету)
2.2.2 Фонд оценочных средств для проверки сформированности навыков (задачи к зачету)

ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Формы контроля / Формируемые компетенции и их индикаторы	ПК-10 ПК-10.1
Формы текущего контроля	
выступление на семинаре	З
реферат	У В.
тестирование	З.
Формы промежуточного контроля	
зачет	З У В

З- знания, У- умения, В- владение

1. Наполнение фонда оценочных средств по формам контроля.

1.1. Фонд оценочных средств и шкала оценивания для текущего контроля

2.1.1. Выступление на семинаре

Выступление на семинаре является формой контроля для оценки уровня освоения компетенций, применяемой на семинарских занятиях. Выступление на семинаре может проводиться с использованием форм устного опроса, обсуждения докладов, эссе, выполненных индивидуальных заданий и проблемных вопросов. Выступление на семинаре, таким образом, включает обязательную для всех студентов оценку текущего контроля знаний в виде устного опроса, а также выступление студентов по проблемным вопросам познавательно-речевого развития.

Вопросы к семинарским занятиям

Вопросы к семинарам включают оценку закрепления материала, пройденного на лекциях, а также вопросы, направленные на выявление уровня понимания студентом поликультурного образования детей младшего школьного возраста.

Примерные вопросы для обсуждения на семинарах

1. Что понимают под здоровьем?
2. Что понимают под воспроизводством здоровья?

3. Что понимают под формированием здоровья?
4. Что такое физическое здоровье?
5. Что понимают под социальным здоровьем?
6. Что такое психическое здоровье?
7. Что такое адаптация?
8. Какие понятия включает в себя образ жизни?
9. Что понимают под «здоровым образом жизни»?
10. Какое питание называют рациональным?
11. Назовите принципы рационального питания.
12. Что понимают под культурой движения?
13. Что такое гиподинамия? Каковы ее последствия для организма?
14. Какие болезни называют «болезнями цивилизации»?
15. Что такое рациональный режим дня?
16. Какова роль закаливания? Принципы закаливания.
17. Факторы образовательной среды, влияющие на состояние здоровья детей.
18. Комплексная оценка здоровья младших школьников.
19. Организация здоровьесберегающей среды в школе.
20. Основные характеристики образа жизни.
21. Факторы, влияющие на образ жизни.
22. Социально-психологическая среда и здоровье.
23. Комплексность понятия «здоровый образ жизни».
24. Основные приемы и методы оздоровления детей.
25. Рациональное питание – как компонент здорового образа жизни.
26. Принципы рационального питания.
27. Здоровый образ жизни: двигательная активность.
28. Гиподинамия, ее последствия для здоровья.
29. Рациональный режим жизни.
30. Особенности двигательной активности современного человека. Статическая и динамическая нагрузки.
31. Нормы двигательной активности.
32. Сущность формирования индивидуального режима двигательной активности.
33. Сущность и основные принципы закаливания.
34. Дыхательные гимнастики для детей.
35. Организация исследований в процессе обучения детей здоровому образу жизни.
36. В чём особенности педагогических технологий?
37. Обучающие игровые технологии.
38. Возрастная динамика формирования представлений о человеке у детей младшего школьного возраста в разных классах.
39. Методика ознакомления младшего школьников с человеком.
40. Стадии формирования культурно-гигиенических навыков.
41. Воспитание культуры здоровья.
42. Проектная деятельность в начальной школе по вопросам здоровьесбережения.

43. Организации работы кабинета «Здоровый ребенок», школы здоровья.
44. Формы и методы просветительской работы с родителями по формированию здорового образа жизни у детей.

Критерии оценивания выступления на семинаре

Характеристика ответа	Европейская оценка	Рубежные баллы	Оценка	Уровень сформированности компетенций
Дан полный, развернутый ответ на поставленный теоретический вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки.	**A**	**100-96**	**5+**	**Повышенный уровень сформированности компетенций**
Дан полный, развернутый ответ на поставленный теоретический вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.	**A**	**95-91**	**5**	
Дан развернутый ответ на поставленный теоретический вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом с незначительной помощью преподавателя.	**A**	**90-86**	**5-**	
Дан развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.	**B**	**85-81**	**4+**	**Базовый уровень сформированности компетенций**
Дан достаточно полный ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ структурирован, логичен, частично изложен в терминах науки. Ответы на дополнительные вопросы логичны, изложены в терминах науки, однако допущены	**C**	**80-76**	**4**	

незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью "наводящих" вопросов преподавателя.				
Дан достаточно полный ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ структурирован, логичен, частично изложен в терминах науки. Ответы на дополнительные вопросы даются не сразу, изложены недостаточно научным языком, однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью "наводящих" вопросов преподавателя.	**C**	**75-71**	**4-**	
Дан недостаточно полный и развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.	**D**	**70-66**	**3+**	**Пороговый уровень сформированности компетенций**
Дан недостаточно полный и развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.	**E**	**65-61**	**3**	
Дан неполный ответ. Присутствует нелогичность изложения. Студент затрудняется с доказательностью. Масса существенных ошибок в определениях терминов, понятий, характеристике фактов, явлений. В ответе отсутствуют выводы. Речь неграмотна. При ответе на дополнительные вопросы студент начинает понимать связь между знаниями только после подсказки преподавателя	**E**	**60**	**3-**	
Демонстрирует непонимание вопроса, отвечает с наличием грубых ошибок в ответе либо не отвечает на вопросы	**F**	**Менее 60**	**2**	**Компетенции не сформированы**

2.1.2 Реферат

Реферат является одним из этапов в формировании компетенций обучающегося. Реферат как форма оценочного средства предполагает краткое изложение в письменном виде содержания и результатов индивидуальной учебно-исследовательской деятельности, имеет регламентированную

структуру, содержание и оформление. Его задачами являются формирование умений самостоятельной работы студентов с источниками литературы, их систематизация, развитие навыков логического мышления, углубление теоретических знаний по проблеме исследования.

Примерные темы рефератов

Здоровьесберегающие технологии в начальной школе: понятие, цели и задачи.

Виды здоровьесберегающих технологий, используемых в начальном образовании.

Особенности применения здоровьесберегающих технологий в начальной школе.

Роль здоровьесберегающих технологий в формировании здорового образа жизни младших школьников.

Здоровьесберегающая среда в начальной школе: принципы создания и реализации.

Анализ опыта применения здоровьесберегающих технологий в конкретной начальной школе (название школы можно указать).

Сравнительный анализ эффективности различных здоровьесберегающих технологий в начальной школе.

Проблемы и перспективы внедрения здоровьесберегающих технологий в начальном образовании.

Физкультурно-оздоровительные технологии в начальной школе: подвижные игры, спортивные упражнения, ритмика.

Психологические здоровьесберегающие технологии: релаксация, психогимнастика, арт-терапия.

Эмоционально-волевая сфера младших школьников и ее развитие с помощью здоровьесберегающих технологий.

Медицинские здоровьесберегающие технологии в начальной школе: профилактика заболеваний, гигиена.

Технологии обучения младших школьников основам здорового образа жизни.

Роль педагога в реализации здоровьесберегающих технологий в начальной школе.

Взаимодействие школы и семьи в вопросах здоровьесбережения младших школьников.

Влияние здоровьесберегающих технологий на успеваемость и адаптацию младших школьников.

Инновационные здоровьесберегающие технологии в начальной школе: использование ИКТ, электронных образовательных ресурсов.

Здоровьесберегающие технологии и профилактика близорукости у младших школьников.

Здоровьесберегающие технологии и профилактика плоскостопия у младших школьников.

Здоровьесберегающие технологии и формирование правильной осанки у младших школьников.

Здоровьесберегающие технологии и развитие мелкой моторики у младших школьников.

Здоровьесберегающие технологии и развитие речи у младших школьников.

Критерии оценивания

Критериями оценки реферата являются: новизна текста, обоснованность выбора источников литературы, степень раскрытия сущности вопроса, соблюдения требований к оформлению. Новизна текста определяет, прежде всего, самостоятельностью в постановке проблемы, формулированием нового аспекта известной проблемы, наличие авторской позиции, самостоятельность оценок и суждений.

Одним из критериев оценки работы является анализ использованной литературы. Определяется, привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. журнальные публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки и т.д.).

Степень раскрытия сущности вопроса – наиболее важный критерий оценки работы студента над рефератом. В данном случае определяется: а) соответствие плана теме реферата; б) соответствие содержания теме и плану реферата; в) обоснованность способов и методов работы с материалом, способность его систематизировать и структурировать; г) полнота и глубина знаний по теме; е) умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме). Также учитывается соблюдение требований к оформлению: насколько верно оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы; оценка грамотности и культуры изложения; владение терминологией; соблюдение требований к объёму реферата.

Критерии оценивания рефератов

Характеристика ответа	Европейская оценка	Рубежные баллы	Оценка	Уровень сформированности компетенций
В реферате обозначена проблема и обоснована её актуальность; сделан анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция; сформулированы оригинальные глубокие выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём; соблюдены требования к внешнему оформлению.	**A**	**100-96**	**5+**	**Повышенный уровень сформированности**

В реферате обозначена проблема и обоснована её актуальность; сделан анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция; сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём; соблюдены требования к внешнему оформлению.	**A**	**95-91**	**5**	
В реферате обозначена проблема и обоснована её актуальность; сделан анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция; сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём; есть незначительные замечания к внешнему оформлению.	**A**	**90-86**	**5-**	
Основные требования к реферату выполнены, но при этом допущены незначительные недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; однако логично изложена собственная позиция; сформулированы выводы; имеются упущения в оформлении.	**B**	**85-81**	**4+**	**Базовый уровень сформированности компетенций**
Основные требования к реферату выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; имеются упущения в оформлении.	**C**	**80-76**	**4**	
Основные требования к реферату выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении.	**C**	**75-71**	**4-**	
В работе имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата; отсутствуют выводы, но студент отвечает на вопросы преподавателя по реферату.	**D**	**70-66**	**3+**	**Пороговый уровень сформированности компетенций**
В работе имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата; отсутствуют выводы.	**E**	**65-61**	**3**	
Реферат представлен, но тема реферата недостаточно раскрыта, обнаруживается существенное непонимание некоторых аспектов проблемы проблемы.	**E**	**60**	**3-**	
Реферат несамостоятелен, грубые нарушения при ссылках на авторов или отсутствие ссылок на них. Используется один источник. Недостаточен объем. Устаревшие данные. Студент не понимает сути реферата.	**F**	**Менее 60**	**2**	**Компетенции не сформированы**

2.1.3. Тестирование

Письменное тестирование содержит задания, к каждому из которых даны варианты ответа, при этом среди них:

А. может не быть ни одного верного ответа
Б. может быть только один верный ответ
В. все ответы могут быть верны

Примерные тестовые задания

1. В приведенном ниже перечне выберите критерии технологичности:
1) научность;
2) последовательность;
3) активность;
4) концептуальность;
5) доступность;
6) идейность;
7) сознательность;
8) управляемость;
9) обучаемость;
10) эффективность;
11) закономерность;
12) воспроизводимость;
13) прочность;
14) планомерность;
15) действенность;
16) тройственность;
17) эмоциональность;
18) системность.

2. Выберите наиболее полное определение понятию «педагогические технологии здоровьесбережения»:

– Это технологии, в которых сохранение и укрепление здоровья является важнейшим приоритетом, обеспечивается на технологическом уровне в принципах работы, задачах, методах, программах, реализуется и подтверждается результатами мониторинга.

– Это совокупность принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные технологии обучения, воспитания, развития задачами здоровьесбережения

– Комплексная работа по сохранению и укреплению здоровья.

3. Какие образовательные технологии с большой вероятностью наносят ущерб здоровью учащихся и педагогов?

–Традиционная технология, чрезмерная интенсификация образовательного процесса, использование приемов авторитарной педагогики.

– Проблемное обучение, игровые технологии

– Дистанционное обучение

4. Какие главные задачи решаются с помощью организационно-педагогических технологий здоровьесбережения?

– Создание условий безопасного для здоровья обучения, предотвращение дезаптационных состояний, переутомления, гиподинамии, дистресса, определение структуры и организации учебного процесса, объема учебной нагрузки.

– Все аспекты воздействия учителя на здоровье ученика: выбор используемых на уроке приемов, методов, технологий, осуществление психолого-педагогического сопровождения всех элементов образовательного процесса.

5. Какие главные задачи решаются с помощью психолого-педагогических технологий здоровьесбережения?

– Все аспекты воздействия учителя на здоровье ученика: выбор используемых на уроке приемов, методов, технологий, осуществление психолого-педагогического сопровождения всех элементов образовательного процесса

– Создание условий безопасного для здоровья обучения, предотвращение дезадаптационных состояний, переутомления, гиподинамии, дистресса, определение структуры и организации учебного процесса, объема учебной нагрузки

6. Какие главные задачи решаются с помощью учебно-воспитательных образовательных педагогических технологий здоровьесбережения?

-Реализация программ по обучению здоровью и ЗОЖ, предупреждение вредных привычек, просвещение родителей.

-Формирование и укрепление психологического здоровья, повышение ресурсов психологической адаптации с помощью социально–психологических тренингов, программ социальной и семейной педагогики.

7. Какие главные задачи решаются с помощью социально адаптирующих и личностно-развивающих педагогических технологий здоровьесбережения?

-Формирование и укрепление психологического здоровья, повышение ресурсов психологической адаптации с помощью социально–психологических тренингов, программ социальной и семейной педагогики.

-Реализация программ по обучению здоровью и ЗОЖ, предупреждение вредных привычек, просвещение родителей.

8. Что из перечисленного наиболее эффективно, чтобы сбросить вес:

— отказ от завтрака, обеда или ужина

— сокращение потребления алкоголя

— исключение из рациона крахмалосодержащих продуктов.

9. Как правильно дышать:

— ртом

— носом
— ни один из вариантов не хуже и не лучше другого.

Критерии оценивания тестов

Результат выполнения тестов студентом оценивается в баллах. Оценка письменного ответа студента по результатам тестирования производится по ключу. Каждое совпадение с ключом оценивается в 0,8 балл. За каждую тему студент максимально может получить 8 баллов. Тема считается не пройденной, если в целом по теме студент набирает не более 3 баллов. Всего за тестирование по Программе «Психолого-педагогический практикум» по всем темам студент может получить до 100 баллам. Если общее количество баллов по всем темам менее 40 баллом, то зачет не сдан.

Критерии оценивания результатов тестирования

Характеристика ответа	Европейская оценка	Рубежные баллы	Оценка	Уровень сформированности компетенций
96-100% правильных ответов от общего количества ответов на вопросы теста	**A**	**100-96**	**5+**	**Повышенный уровень сформированности компетенций**
91-95% правильных ответов от общего количества ответов на вопросы теста	**B**	**95-91**	**5**	
86-90% правильных ответов от общего количества ответов на вопросы теста	**B**	**90-86**	**5-**	
81-85% правильных ответов от общего количества ответов на вопросы теста	**C**	**85-81**	**4+**	**Базовый уровень сформированности компетенций**
76-80% правильных ответов от общего количества ответов на вопросы теста	**C**	**80-76**	**4**	
71-75% правильных ответов от общего количества ответов на вопросы теста	**C**	**75-71**	**4-**	
66-70% правильных ответов от общего количества ответов на вопросы теста	**D**	**70-66**	**3+**	**Пороговый уровень сформированности компетенций**
61-65% правильных ответов от общего количества ответов на вопросы теста	**E**	**65-61**	**3**	
60 % правильных ответов от общего количества ответов на вопросы теста	**E**	**60**	**3-**	
Менее 60% правильных ответов от общего количества ответов на вопросы теста	**F**	**Менее 60**	**2**	**Компетенции не сформированы**

1.2. Фонд оценочных средств и шкала оценивания для промежуточного контроля

2.2.1. Фонд оценочных средств для проверки знаний/умений
Вопросы к зачету

1. Здоровье, его признаки и компоненты.
2. Педагогика здоровья и педагогические технологии. Понятие о технологиях здоровьесбережения.
3. История проблемы здоровьесбережения у детей.
4. Образ жизни человека. Категории образа жизни. Значение здорового образа жизни для человека.
5. Компоненты здорового образа жизни. Мотивации здоровья и здорового образа жизни.
6. Теории питания и роль питания в здоровье человека. Потребность в питании младших школьников.
7. Болезни человека, вызванные неправильным питанием.
8. Основы рационального питания.

профилактике стресса.

10. Понятие о физической культуре. Двигательные качества и их особенности у детей.
11. Рекомендации по использованию средств тренировки для основных систем организма. Принципы физической тренировки.
12. Понятие о культуре здоровья. Формирование культуры здоровья у школьников в учебное и внеучебное время.
13. Образованность, сознательность и поведение как основные элементы культуры здоровья. Взаимодействие между ними.
14. Общепатогенные факторы, оказывающие неблагоприятное воздействие на здоровье детей.
15. Факторы, связанные с образовательным процессом, оказывающие неблагоприятное воздействие на здоровье детей.
16. Принципы педагогических технологий здоровьесбережения в начальной школе.
17. Медико-профилактические и физкультурно-оздоровительные технологии здоровьесбережения.
18. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка, здоровьесбережения педагогов и здоровьесберегающего просвещения родителей.
19. Здоровьесберегающее пространство в школе.
20. Ритмопластика как технология здоровьесбережения. Особенности и преимущества технологии. Примеры упражнений.
21. Подвижные и спортивные игры как технология здоровьесбережения. Особенности использования технологии. Примеры подвижных и спортивных игр.

22. Физкультминутка как технология здоровьесбережения. Требования к проведению. Примеры использования технологии.

23. Релаксация как технология здоровьесбережения. Особенности использования технологии. Примеры упражнений.

24. Пальчиковая гимнастика как технология здоровьесбережения. Взаимосвязь развития мелкой моторики и речи. Примеры пальчиковых упражнений.

25. Дыхательная гимнастика как технология здоровьесбережения. Правильное дыхание. Требования к дыхательной гимнастике. Примеры дыхательных упражнений.

26. Гимнастика для глаз как технология здоровьесбережения. Условия применения упражнений для глаз. Примеры упражнений.

27. Ортопедическая гимнастика как технология здоровьесбережения. Значение и правила проведения. Примеры упражнений.

28. Урок физкультуры в начальной школе. Требования к проведению. Структура занятия. Примеры упражнений.

29. Урок по теме «Человек и здоровье». Содержание и особенности методики проведения урока.

30. Арт-терапия как технология здоровьесбережения. Направления арт-терапии. Изотерапия.

31. Музыкотерапия как технология здоровьесбережения. Особенности применения технологии.

32. Сказкотерапия как технология здоровьесбережения. Особенности применения технологии.

33. Цветотерапия как технология здоровьесбережения. Влияние различных цветов на психоэмоциональное состояние ребёнка. Особенности применения технологии.

34. Психогимнастика как технология здоровьесбережения. Структура занятия по психогимнастике. Примеры упражнений.

35. Технологии закаливания в ребёнка младшего школьного возраста. Принципы закаливания. Способы закаливания. Примеры закаливающих процедур.

2.2.2. Фонд оценочных средств для проверки умений/навыков

Практические задания для проверки сформированности умений и навыков студентов

1. На основе рекомендаций разработайте комплекс упражнений по дыхательной гимнастике для учащихся. Обозначьте условия реализации разработанного комплекса упражнений.
2. Предложите содержание физкультминутки, которая может быть проведена на уроке на тему «Органы чувств».
3. Составьте план программы формирования здорового образа жизни младших школьников.

4. Разработайте фрагмент урока, в ходе которого проводится пропаганда норм здорового образа жизни.
5. Какова технология закаливания детей в начальной школе? Каких принципов следует придерживаться при организации закаливающих процедур?
6. Каковы требования к образовательному процессу на уроке в начальной школе с позиции здоровьесбежения?
7. Выполнить анализ организации и проведения урока с позиции здоровьесбережения:
- обстановку и гигиенические условия в классе;
- число видов деятельности;
- среднюю продолжительность и частоту чередования различных видов учебной деятельности;
- место и длительность применения ТСО;
- позы учащихся, чередование поз;
- физкультминутки и другие оздоровительные моменты на уроке;
- наличие у детей мотивации к учебной деятельности на уроке;
- наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни;
- психологический климат на уроке;
- наличие на уроке эмоциональных разрядок: шуток, улыбок, афоризмов с комментариями и т.п.
8. Разработайте анкету, с помощью которой можно провести диагностику уровня сформированности культуры здоровья младших школьников. Составьте характеристику уровней, предложите критерии оценивания.

Критерии оценки уровня усвоения знаний, умений и навыков по результатам зачета

Характеристика ответа	Европейская оценка	Рубежные баллы	Оценка	Уровень сформированности компетенц
Дан полный, развернутый ответ на поставленный теоретический вопрос зачетного билета, показана совокупность осознанных знаний о значении поликультурном образовании в развитии обучающихся, проявляющаяся в свободном ориентировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Знание демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента. При ответе на зачетный билет студент демонстрирует применение знаний к реальным профессиональным ситуациям, объясняет решение задачи на уровне анализа,	**A**	**100-96**	**зачтено**	**Повышенный уровень**

синтеза и дает свою оценку решения проблемы. Причем студент не затрудняется с ответом при видоизменении задания и правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения творческих задач.				
Дан полный, развернутый ответ на поставленный теоретический вопрос, показана совокупность осознанных знаний о поликультурном образовании, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Знание о поликультурном образовании демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Умеет тесно увязывать теорию с практикой. Задание выполнено правильно и с обоснованием принятого решения. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.	**A**	**95-91**	**зачтено**	**Повышенный уровень сформированности компетенций**
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Задание выполнено верно, правильно обосновывает принятую методику решения задачи. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. В ответе допущены недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.	**A**	**90-86**	**зачтено**	**Повышенный уровень сформированности компетенций**
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Студент владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.	**B**	**85-81**	**зачтено**	**Базовый уровень сформированности компетенций**
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Студент владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических заданий. Ответы на дополнительные вопросы логичны, изложены в терминах науки, однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью "наводящих" вопросов преподавателя.	**C**	**80-76**	**зачтено**	**Базовый уровень сформированности компетенций**
Студент демонстрирует достаточные теоретические и практические знания. Дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и	**C**	**75-71**	**зачтено**	**Базовый уровень сформированност**

несущественные признаки и причинно-следственные связи. Ответ логичен и изложен в терминах науки. Могут быть допущены 1-2 ошибки в определении основных понятий или решении творческого задания, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.				**и компетенций**
Дан недостаточно полный и развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Студент испытывает затруднения при выполнении творческой задачи и не может связать теорию с практикой.	**D**	**70-66**	**зачтено**	**Пороговый уровень сформированности компетенций**
Дан неполный ответ, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. Допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, теорий, явлений, вследствие непонимания студентом их существенных и несущественных признаков и связей. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть конкретные проявления обобщенных знаний не показано. Испытывает затруднения при выполнении творческих заданий. Речевое оформление требует поправок, коррекции.	**E**	**65-61**	**зачтено**	**Пороговый уровень сформированности компетенций**
Дан неполный ответ. Присутствует нелогичность изложения. Студент затрудняется с доказательностью. Масса существенных ошибок в определениях терминов, понятий, характеристике фактов, явлений. В ответе отсутствуют выводы. Речь неграмотна. При ответе на дополнительные вопросы студент начинает понимать связь между знаниями только после подсказки преподавателя	**E**	**60**	**зачтено**	**Пороговый уровень сформированности компетенций**
Не знает значительную часть теоретического и практического материала, допускает существенные ошибки в ответах на вопросы. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента	**F**	**Менее 60**	**Не зачтено**	**Компетенции не сформированы**