

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
АСТРАХАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
Филиал АГУ в г. Знаменск Астраханской области

СОГЛАСОВАНО
Руководитель ОПОП

 Б.В. Рыкова

«3» июня 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой педагогики,
психологии и гуманитарных дисциплин

 Б.В. Рыкова

«3» июня 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В НАЧАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ»**

Составитель:	Аюпова А.К., к.м.н., доцент кафедры математики и информатики
Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование
Направленность (профиль) ОПОП	Дошкольное и начальное образование
Квалификация (степень)	бакалавр
Форма обучения	заочная
Год приема	2020
Курс	1

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Целями освоения дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в начальном образовании» являются углубление и расширение знаний студентов по проблемам здоровья и здорового образа жизни.

1.2. Задачи освоения дисциплины: ознакомить студентов с современными тенденциями и взглядами на проблемы здоровья; углубить знания об образе жизни как основном факторе здоровья; ознакомить со здоровьесберегающими технологиями обучения; сформировать ответственное отношение к своему здоровью и здоровью младших школьников.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Учебная дисциплина «Здоровьесберегающие технологии в начальном образовании» относится к базовой части дисциплин.

2.2. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

- «Философия»,
- «Психология»,
- «Педагогика»,
- «Возрастная анатомия, физиология и гигиена».

Знать: физиологические основы здоровья как состояния и свойства организма, факторы определяющие здоровье, технологии здоровьесбережения, образовательные программы сохранения здоровья младших школьников.

Уметь: применять современные методы диагностирования готовности школьников к обучению;

- осуществлять контроль за функциональным состоянием организма младших школьников;
- использовать свои знания для формирования ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих,
- нести ответственность за соблюдение гигиенических нормативов и требований при организации процессов обучения и воспитания детей.

Владеть: методиками формирования потребности в здоровье, повышения мотивации на укрепление здоровья, способами профилактики и коррекции привычек, наносящих ущерб здоровью, навыками использования здоровьесберегающих технологий.

2.3. Перечень последующих учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной:

«Основы специальной дошкольной психологии и педагогики».

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки:

универсальных (УК): Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности УК-7; Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов УК-8.

Таблица 1
Декомпозиция результатов обучения

Код компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины		
	Знать (1)	Уметь (2)	Владеть (3)
УК-7	ИУК – 7.1.1 о способности	ИУК – 7.2.1 поддерживать	ИУК – 7.3.1 способностью

	поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-8	ИУК – 8.1.1 о способности создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	ИУК – 8.2.1 создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	ИУК – 8.3.1 способностью создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Объем дисциплины составляет 2 зачетные единицы, в том числе 6 часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (из них 2 часа – лекции, 4 часа – практические, семинарские занятия), и 66 часов на самостоятельную работу обучающихся.

Таблица 2
Структура и содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, темы	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа (в часах)			Самостоятельная работа		Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Л	ПЗ	ЛР	КР	СР	
1	Здоровье как состояние и свойство организма.	1	1-3	1				8	Контрольная работа
2	Факторы здоровья. Наследственность как фактор здоровья.	1	4-6	1				8	Контрольная работа
3	Окружающая среда и здоровье человека.	1	7-8		1			8	Контрольная работа
4	Физиологические основы здоровья школьников.	1	9-10		1			8	Контрольная работа
5	Здоровый образ жизни и его компоненты.	1	11-12		1			8	Коллоквиум

6	Здоровьесберегающие технологии в начальной школе.	1	13-14		1		8	Контрольная работа
7	Гигиенические условия сохранения здоровья учащихся в школе.	1	15-16				9	Реферат
8	Здоровьесберегающие основы учебно-воспитательного процесса.	1	17-18				9	тестирование
	ИТОГО			2	4		66	ЭКЗАМЕН

Условные обозначения:

Л – занятия лекционного типа; ПЗ – практические занятия; ЛР – лабораторные работы; КР – курсовая работа; СР – самостоятельная работа по отдельным темам.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Тема 1. Здоровье как состояние и свойство организма.

Сущность понятия «здоровье». Здоровье индивидуальное и общественное, их характеристики. Физический, социальный и психологические аспекты здоровья. Понятия «норма», «гомеостаз», «адаптация». Границы применения понятий «здоровье» и «болезнь». Оценка здоровья, ее методы.

Тема 2. Факторы здоровья. Наследственность как фактор здоровья.

Факторы, влияющие на здоровье. Факторы здоровья управляемые и неуправляемые. Факторы риска здоровья. Наследственные качества человека – тип высшей нервной деятельности, реактивности, морфофункциональной конституции. Этапы и факторы становления человека как биологического вида. Наследственные болезни. Наследственная предрасположенность к болезням.

Тема 3. Окружающая среда и здоровье человека.

Факторы окружающей среды и характер их воздействия на человека. Особенности природно-очаговых и эндемических заболеваний. Биологические ритмы и здоровье. Особенности жизни в антропогенных и техногенных системах. Влияние антропогенных факторов на здоровье человека. Загрязняющие вещества. Производственная среда и среда жилого помещения. Экология жилища.

Тема 4. Физиологические основы здоровья школьников.

Валеологические аспекты функциональной готовности детей к обучению в школе. Методы оценки учебной деятельности младших школьников. Способы профилактики нарушений осанки и близорукости у детей. Профилактика утомления у школьников в процессе учебной деятельности. Репродуктивное здоровье и способы профилактики нарушений репродуктивного здоровья школьников.

Тема 5. Здоровый образ жизни и его компоненты.

Понятие «здоровый образ жизни». Компоненты здорового образа жизни. Режим дня. Оценка эффективности образа жизни. Рациональное питание, его принципы. Концепция сбалансированного питания. Идеальная и нормальная масса тела. Двигательная активность и нормы для разных возрастных категорий. Физиологические основы физической культуры человека. Гиподинамия. Иммунитет и здоровье. Общая характеристика стресса. Приемы поведенческой антистрессорной защиты. Вредные привычки. Табакозависимость и способы ее преодоления. Алкогольная зависимость. Понятие психоактивных веществ.

Тема 6. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. Понятие технологии. Типы технологии. Отличительные особенности технологий от методик обучения и воспитания. Уровни функционирования педагогических технологий. Здоровьесберегающие технологии, их функции, виды, основополагающие принципы и компоненты. Здоровьесберегающие технологии: обеспечение двигательной активности, основы здорового питания, формирование навыков здорового питания, организация здорового питания, профилактические прививки, витаминизация. Оздоровительные технологии: физическая подготовка, закаливание, арт-терапия, массаж, фитотерапия и др.

Тема 7. Гигиенические условия сохранения здоровья учащихся в школе.

Нормы воздушно-теплового режима, его влияние на здоровье школьников. Освещенность класса, его виды. Нормы школьной мебели. Питание. Комнатные растения и их влияние на здоровье школьников.

Тема 8. Здоровьесберегающие основы учебно-воспитательного процесса.

Здоровьесберегающая организация учебного процесса. Расписание занятий. Школьный урок, его воздействие на здоровье учащихся. Формирование культуры здоровья школьников. Технологии обучения здоровью. Программы Л.Г. Татарниковой «Я и мое здоровье», Н.Ф. Базарного «Сенсорная свобода и психомоторное раскрепощение» и другие.

Таблица 3
Матрица соотнесения разделов, тем учебной дисциплины и формируемых в них компетенций

<i>ТЕМЫ, РАЗДЕЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ</i>	<i>КОЛ-ВО ЧАСОВ</i>	<i>КОМПЕТЕНЦИИ</i>		
		<i>УК-7</i>	<i>УК-8</i>	<i>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО КОМПЕТЕНЦИЙ</i>
<i>ТЕМА 1</i>	9	+	+	2
<i>ТЕМА 2</i>	9	+	+	2
<i>ТЕМА 3</i>	9	+	+	2
<i>ТЕМА 4</i>	9	+	+	2
<i>ТЕМА 5</i>	9	+	+	2
<i>ТЕМА 6</i>	9	+	+	2
<i>ТЕМА 7</i>	9	+	+	2
<i>ТЕМА 8</i>	9	+	+	2
<i>ИТОГО</i>	72			

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

5.1. Указания по организации и проведению лекционных, практических (семинарских) и лабораторных занятий с перечнем учебно-методического обеспечения.

Лекция представляет собой систематичное, последовательное устное изложение преподавателем определенного раздела учебной дисциплины. Слушание лекции предполагает активную мыслительную деятельность студентов, главная задача которых - понять сущность рассматриваемой темы, уловить логику рассуждений лектора; размышляя вместе с ним, оценить его аргументацию, составить собственное мнение об изучаемых проблемах и соотнести услышанное с тем, что уже изучено. При этом студент должен конспектировать (делать записи)

изложенный в лекции материал. Ведение конспектов является творческим процессом и требует определенных умений и навыков. Целесообразно следовать некоторым практическим советам: формулировать мысли кратко и своими словами, записывая только самое существенное; учиться на слух отделять главное от второстепенного; оставлять в тетради поля, которые можно использовать в дальнейшем для уточняющих записей, комментариев, дополнений; постараться выработать свою собственную систему сокращений часто встречающихся слов (это дает возможность меньше писать, больше слушать и думать). Сразу после лекции полезно просмотреть записи и по свежим следам восстановить пропущенное и дописать в конспект. Важно уяснить, что лекция - это не весь материал по изучаемой теме, который дается студентам для его «зубрежки». Прежде всего, это – «путеводитель» студентам в их дальнейшей самостоятельной учебной и научной работе.

Практическое (семинарское) занятие - это особая форма учебно-теоретических занятий, которая, как правило, служит дополнением к лекционному курсу. Его отличительной особенностью является активное участие самих студентов в объяснении вынесенных на рассмотрение проблем, вопросов. Преподаватель дает возможность студентам свободно высказаться по обсуждаемому вопросу и только помогает им правильно построить обсуждение. Студенты заблаговременно знакомятся с планом семинарского занятия и литературой, рекомендуемой для изучения данной темы, чтобы иметь возможность подготовиться к семинару. При подготовке к занятию необходимо: проанализировать его тему, подумать о цели и основных проблемах, вынесенных на обсуждение; внимательно прочитать конспект лекции по этой теме; изучить рекомендованную литературу, делая при этом конспект прочитанного или выписки, которые понадобятся при обсуждении на семинаре; постараться сформулировать свое мнение по каждому вопросу и аргументировано его обосновать. Практическое (семинарское) занятие помогает студентам глубоко овладеть предметом, способствует развитию умения самостоятельно работать с учебной литературой и документами, освоению студентами методов научной работы и приобретению навыков научной аргументации, научного мышления. Преподавателю же работа студентов на семинаре позволяет судить о том, насколько успешно они осваивают материал курса.

Перечень учебно-методического обеспечения.

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии М, 2016 <https://biblio.asu.edu.ru>
2. Чупаха И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе М.: Народное образование, 2016. www.biblio-online.ru
3. Волынкин В.И. Педагогика в схемах и таблицах : учеб. пособ. / В. И. Волынкин. - Ростов на/Д : Феникс, 2017. - 283 с. <https://biblio.asu.edu.ru>
4. Электронная библиотека «Астраханский государственный университет» собственной генерации на платформе ЭБС «Электронный Читальный зал – БиблиоТех». <https://biblio.asu.edu.ru>
5. Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента». www.studentlibrary.ru.

5.2. Указания для обучающихся по освоению дисциплины

Самостоятельная работа студентов является одним из основных видов учебной деятельности и предполагает изучение вопросов, не вошедших в основной план занятий.

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов в вузе не менее важна, чем обязательные учебные занятия. Ее успешность во многом определяется тем, насколько умело, рационально сам учащийся сможет организовать свои индивидуальные занятия, насколько регулярными и своевременными они будут.

Задания и методические указания для различных видов самостоятельной работы разрабатываются с учетом её специфики, особенностей изучаемых тем, наличия учебной и методической литературы.

Систематическое освоение студентами необходимого учебного материала, своевременное выполнение предусмотренных учебных заданий, регулярное посещение лекционных и практических занятий позволяют подготовиться к успешному прохождению промежуточной аттестации по данной дисциплине.

В ходе самостоятельной работы студенты должны осуществлять:

- подготовку к занятиям, включая изучение лекций и литературы по теме занятия (используются лекции и источники, представленные в перечне основной и дополнительной литературы, а также электронные ресурсы);
- выполнение индивидуальных домашних заданий по теме прошедшего занятия;
- подготовку реферата (индивидуальные задания по слабо усвоенным темам), в том числе самостоятельное изучение части теоретического материала по темам, которые заявлены в теме реферата (используются источники, представленные в перечне основной и дополнительной литературы, а также электронные ресурсы).

Таблица 4

Содержание самостоятельной работы учащихся

<i>Номер раздела (темы)</i>	<i>Темы/вопросы, выносимые на самостоятельное изучение</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Формы работы</i>
<i>Тема 1</i>	Здоровье как состояние и свойство организма.	8	Подготовка докладов по вопросам семинарского (практического) занятия
<i>Тема 2</i>	Факторы здоровья. Наследственность как фактор здоровья.	8	Конспектирование
<i>Тема 3</i>	Окружающая среда и здоровье человека.	8	Реферат
<i>Тема 4</i>	Физиологические основы здоровья школьников.	8	Эссе
<i>Тема 5</i>	Здоровый образ жизни и его компоненты.	8	Конспектирование
<i>Тема 6</i>	Здоровьесберегающие технологии в начальной школе.	8	Решение ситуативной задачи
<i>ТЕМА 7</i>	Гигиенические условия сохранения здоровья учащихся в школе.	9	Контрольная работа
<i>ТЕМА 8</i>	Здоровьесберегающие основы учебно-воспитательного процесса	9	Конспектирование

Решение задач лежат в основе приобретения тех или иных умений и навыков. В различных условиях обучения решение задач либо единственная процедура, в рамках которой осуществляются все компоненты процесса учения: уяснение содержания действия, его закрепление, обобщение и автоматизация, – либо одна из процедур наряду с объяснением и заучиванием (упражнение в этом случае обеспечивает завершение уяснения и закрепления).

Решение задач – виды учебной деятельности учащихся, ставящие их перед необходимостью многократного и вариативного применения полученных знаний в различных связях и условиях.

К самостоятельной работе студентов также относятся: чтение основной и дополнительной литературы – самостоятельное изучение материала по рекомендуемым литературным источникам; работа с библиотечным каталогом, самостоятельный подбор необходимой литературы; работа со словарем, справочником; поиск необходимой информации в сети Интернет; конспектирование источников; реферирование источников; составление аннотаций к прочитанным литературным источникам; составление рецензий и отзывов на прочитанный материал; составление обзора публикаций по теме; составление и разработка терминологического словаря; составление библиографии (библиографической картотеки); подготовка к различным формам текущей и промежуточной аттестации (к тестированию,

контрольной работе, зачету, экзамену); выполнение домашних контрольных работ; самостоятельное выполнение практических заданий репродуктивного типа (ответы на вопросы, задачи, тесты; выполнение творческих заданий).

5.3. Виды и формы письменных работ, предусмотренных при освоении дисциплины, выполняемые обучающимися самостоятельно

Важное место в структуре самостоятельной работы принадлежит студенческим эссе, докладам и рефератам.

Творческая работа (эссе) представляет собой оригинальное произведение объемом 10-15 страниц текста, посвященное какой-либо научной проблеме. Цель эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей.

При определении оценки за творческую работу (эссе) учитываются следующие критерии: четкость постановки проблемы в рамках заявленной темы; знание и логическое изложение фактического материала, знакомство с именами известных ученых; понимание отличия между известными подходами; понимание отличий между учебным, публицистическим, научно-популярным и научным текстами; умение вычленять причинно-следственные связи; способность анализировать текст; умение формулировать выводы и приводить конструктивные аргументы в их поддержку; проявление творческого и самостоятельного мышления; наличие навыков владения литературным языком, стиль и форма изложения материала; аккуратность и правильность оформления работы.

Творческая работа должна быть представлена преподавателю не позднее, чем за месяц до окончания аудиторных занятий. Эссе проверяется преподавателем и после краткой письменной рецензии ставится соответствующая оценка. В случае получения студентом неудовлетворительной оценки он обязан исправить отмеченные недостатки и вновь сдать работу преподавателю. Защита эссе происходит на практическом занятии или на консультации. По результатам защиты творческой работы (эссе) выставляется оценка, которая учитывается при итоговой аттестации по дисциплине (на экзамене).

Реферат - письменная работа объемом 10-18 печатных страниц, выполняемая студентом в течение длительного срока (от одной недели до месяца). Реферат - краткое точное изложение сущности какого-либо вопроса, темы на основе одной или нескольких книг, монографий или других первоисточников. Реферат должен содержать основные фактические сведения и выводы по рассматриваемому вопросу. Реферат отвечает на вопрос - что содержится в данной публикации (публикациях). Однако реферат - не механический пересказ работы, а изложение ее сущности. В настоящее время, помимо реферирования прочитанной литературы, от студента требуется аргументированное изложение собственных мыслей по рассматриваемому вопросу. Тему реферата может предложить преподаватель или сам студент, в последнем случае она должна быть согласована с преподавателем. В реферате нужны развернутые аргументы, рассуждения, сравнения. Материал подается не столько в развитии, сколько в форме констатации или описания. Содержание реферируемого произведения излагается объективно от имени автора. Если в первичном документе главная мысль сформулирована недостаточно четко, в реферате она должна быть конкретизирована и выделена.

Доклад представляет собой развернутое устное сообщение по конкретной теме курса, подразумевающее самостоятельное написание текста для выступления. В качестве тем для докладов используются вопросы к семинарскому занятию, либо предлагается тот материал учебного курса, который не освещается в лекциях, а выносится на самостоятельное изучение студентами. Поэтому доклады, сделанные студентами на практических занятиях, с одной стороны, позволяют дополнить лекционный материал, а с другой - дают преподавателю возможность оценить умение студентов самостоятельно работать с учебной и научной литературой. Построение доклада, как и любой другой научной работы, традиционно включает

три части: вступление, основную часть и заключение. Во вступлении указывается тема доклада, устанавливается его логическая связь с другими темами или место рассматриваемой проблемы среди других проблем, дается краткий обзор литературы, на материале которых раскрывается тема и т. п. В заключении обычно подводятся итоги, формулируются выводы. Основная часть также должна иметь четкое логическое построение.

Текст доклада должен быть связным, последовательным, доказательным, лишенным ненужных отступлений и повторений. Таким образом, работа над докладом не только позволяет студенту приобрести новые знания, но и способствует формированию важных научно-исследовательских умений, освоению методов научного познания, приобретению навыков публичного выступления.

Конспектирование. Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника. Различаются четыре типа конспектов:

- План-конспект – это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.
- Текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.
- Свободный конспект – это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.
- Тематический конспект – составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то схеме (вопросу). Данный тип конспектирования рекомендуется при подготовке к вопросам семинарского занятия.

Контрольная работа является одной из форм самостоятельного изучения студентами программного материала по всем предметам. Её выполнение способствует расширению и углублению знаний, приобретению опыта работы со специальной литературой.

Контрольные работы обычно включают практические задания, тесты, задачи и т.п. Для выполнения контрольной работы студенту предлагается один из вариантов заданий, также он получает указания или рекомендации к выполнению контрольной работы в устном (консультация) или печатном (методическое пособие) виде. Сдача контрольной работы происходит в установленные преподавателем сроки.

6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

6.1. Образовательные технологии

Совместная работа малой командой; проектная деятельность студентов, развивающая межличностные коммуникации, способность принятия решений, лидерские качества; интерактивные лекции; групповые дискуссии; ролевые и деловые игры; тренинги; анализ ситуаций и имитационных моделей; преподавание дисциплин в форме: курсов, симуляции, технологии open space/открытое пространство, мастерская будущего, peer education/равный обучает равного; экспресс-семинары, проектные семинары; бизнес-тренинги (business training), кейс-стади (case-study), обучение действием («action learning»), метафорическая игра, педагогические игровые упражнения (в качестве коллективного задания), мозговой штурм (эстафета), ситуационные методы, тематические дискуссии, игровое проектирование, групповой тренинг, групповая консультация и др.

6.2. Информационные технологии

Информационные технологии, используемые при реализации различных видов учебной и внеучебной работы:

- использование Интернета в учебном процессе (использование информационного сайта преподавателя (рассылка заданий, предоставление выполненных работ на проверку, ответы на вопросы, ознакомление учащихся с оценками и т.д.);

- использование электронных учебников и различных сайтов (например, электронные библиотеки, журналы и т.д.) как источников информации;

- использование электронной почты преподавателя;

- использование средств представления учебной информации (электронных учебных пособий и практикумов, применение новых технологий для проведения очных (традиционных) лекций и семинаров с использованием презентаций и т.д.);

- использование интегрированных образовательных сред, где главной составляющей являются не только применяемые технологии, но и содержательная часть, т.е. информационные ресурсы (доступ к мировым информационным ресурсам, на базе которых строится учебный процесс);

- использование виртуальной обучающей среды Moodle.

6.3. Перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

- Лицензионное программное обеспечение

Наименование программного обеспечения	Назначение
Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Платформа дистанционного обучения LMS Moodle	Виртуальная обучающая среда
Mozilla FireFox	Браузер
Microsoft Office 2013, Microsoft Office Project 2013, Microsoft Office Visio 2013	Пакет офисных программ
7-zip	Архиватор
Microsoft Windows 7 Professional	Операционная система
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Google Chrome	Браузер
Notepad++	Текстовый редактор
OpenOffice	Пакет офисных программ
Opera	Браузер
VLC Player	Медиапроигрыватель
WinDjView	Программа для просмотра файлов в формате DJV и DjVu
Microsoft Security Assessment Tool.	Программы для информационной безопасности

<p>Режим доступа: http://www.microsoft.com/ru-ru/download/details.aspx?id=12273 (Free)</p> <p>Windows Security Risk Management Guide Tools and Templates. Режим доступа: http://www.microsoft.com/en-us/download/details.aspx?id=6232 (Free)</p>	
---	--

- Современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

- Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARK SQL НПО «Информ-систем». <https://library.asu.edu.ru>
- Электронный каталог «Научные журналы АГУ»: <http://journal.asu.edu.ru/>
- Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО "ИВИС". <http://dlib.eastview.com>
- Электронно-библиотечная система elibrary. <http://elibrary.ru>
- Корпоративный проект Ассоциации региональных библиотечных консорциумов (АРБИКОН) «Межрегиональная аналитическая роспись статей» (МАРС) - сводная база данных, содержащая полную аналитическую роспись 1800 названий журналов по разным отраслям знаний. Участники проекта предоставляют друг другу электронные копии отсканированных статей из книг, сборников, журналов, содержащихся в фондах их библиотек. <http://mars.arbicon.ru>
- Электронные версии периодических изданий, размещенные на сайте информационных ресурсов www.polpred.com
- Справочная правовая система КонсультантПлюс. Содержится огромный массив справочной правовой информации, российское и региональное законодательство, судебную практику, финансовые и кадровые консультации, консультации для бюджетных организаций, комментарии законодательства, формы документов, проекты нормативных правовых актов, международные правовые акты, правовые акты, технические нормы и правила. <http://www.consultant.ru>
- Информационно-правовое обеспечение «Система ГАРАНТ». В системе ГАРАНТ представлены федеральные и региональные правовые акты, судебная практика, книги, энциклопедии, интерактивные схемы, комментарии ведущих специалистов и материалы известных профессиональных изданий, бланки отчетности и образцы договоров, международные соглашения, проекты законов. Предоставляет доступ к федеральному и региональному законодательству, комментариям и разъяснениям из ведущих профессиональных СМИ, книгам и обновляемым энциклопедиям, типовым формам документов, судебной практике, международным договорам и другой нормативной информации. Всего в нее включено более 2,5 млн документов. В программе представлены документы более 13 000 федеральных, региональных и местных эмитентов. <http://garant-astrakhan.ru>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru>
- Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
- Министерство просвещения Российской Федерации <https://edu.gov.ru>
- Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор) <http://obrnadzor.gov.ru>

- Сайт государственной программы Российской Федерации «Доступная среда» <http://zhit-vmeste.ru>

- Российское движение школьников <https://рдш.рф>

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

7.1. Паспорт фонда оценочных средств.

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в начальном образовании» проверяется сформированность у обучающихся компетенций, указанных в разделе 3 настоящей программы. Этапность формирования данных компетенций в процессе освоения образовательной программы определяется последовательным освоением дисциплин и прохождением практик, а в процессе освоения дисциплины – последовательным достижением результатов освоения содержательно связанных между собой разделов, тем.

Таблица 5
Соответствие разделов, тем дисциплины, результатов обучения по дисциплине и оценочных средств

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
1	Раздел 1	УК-7, УК-8	УОП КР
2	Раздел 2	УК-7, УК-8	УОП КР
3	Раздел 3	УК-7, УК-8	УОП КР
4	Раздел 4	УК-7, УК-8	УОП КР
5	Раздел 5	УК-7, УК-8	УОП КР
6	Раздел 6	УК-7, УК-8	УОП КР
7	Раздел 7	УК-7, УК-8	УОП КР
8	Раздел 8	УК-7, УК-8	УОП КР

9	Раздел 9	УК-7, УК-8	УОП КР
---	----------	------------	-----------

Примерный перечень оценочных средств представлен в Приложении 1.

УОП - устный опрос, ГК- групповая консультация, КР-контрольная работа, ДС- дискуссия, ИК- индивидуальная консультация.

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Таблица 6
Показатели оценивания результатов обучения в виде знаний

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует глубокое знание теоретического материала, умение обоснованно излагать свои мысли по обсуждаемым вопросам, способность полно, правильно и аргументированно отвечать на вопросы, приводить примеры
4 «хорошо»	демонстрирует знание теоретического материала, его последовательное изложение, способность приводить примеры, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует неполное, фрагментарное знание теоретического материала, требующее наводящих вопросов преподавателя, допускает существенные ошибки в его изложении, затрудняется в приведении примеров и формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	демонстрирует существенные пробелы в знании теоретического материала, не способен его изложить и ответить на наводящие вопросы преподавателя, не может привести примеры

Таблица 7
Показатели оценивания результатов обучения в виде умений и владений

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы
4 «хорошо»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует отдельные, несистематизированные навыки, не способен применить знание теоретического материала при выполнении заданий, испытывает затруднения и допускает ошибки при выполнении заданий, выполняет задание при подсказке преподавателя, затрудняется в формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	не способен правильно выполнить задание

7.3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Задания для самостоятельной работы

Тема 1. Подготовить сообщение «Валеологический аспект влияния компьютерной техники на здоровье младших школьников».

Тема 2. Подготовиться к дискуссии «Особенности обучения младших школьников с сильной и слабой нервной системой».

Тема 3. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у школьников.

Тема 4. Подготовить диагностические методики «Готовность ребенка к школе».

Тема 5. Разработать физкультминутки.

Тема 6. Разработать спортивное мероприятие «Мама, папа, я – спортивная семья».

Тема 7. Подготовить презентацию «Комнатные растения и их влияние на здоровье школьников».

Тема 8. Разработать классный час по профилактике здорового образа жизни для младших школьников. Деловая игра.

Тематика рефератов

1. Паспортизация состояния здоровья детей.
2. Физическое, нервно-психическое и зрительное виды утомления.
3. Работоспособность человека.
4. Научные подходы к дозированию умственных нагрузок.
5. Состояние здоровья населения России.
6. Занятия физической культурой и спортом как важнейшая составляющая оздоровления человека.
7. Здоровый образ жизни и его базовые составляющие.
8. Закаливание младшего школьника.
9. Экологические проблемы питания человека.
10. Природная среда и здоровье человека.
11. Стресс и его влияние на здоровье школьников.
12. Значение биологических ритмов для здоровья школьников.
13. Сильная и слабая нервная система: особенности обучения.
14. Социально-психологическая среда и здоровье.
15. Нормы двигательной активности и формирование индивидуального режима двигательной активности.
16. Влияние климатических факторов и погодных условий на организм.
17. Детские страхи их причины.
18. СМИ и их влияние на здоровье школьников.
19. Типы телосложения, их взаимосвязь с состоянием здоровья.
20. Шум, его влияние на организм человека.
21. Механизмы естественной и искусственной защиты человека от негативных воздействий окружающей среды.

22. Профилактика развития алкогольной зависимости у младших школьников.

23. Микроклимат жилища человека.

1.1 Тестовые задания

1. Здоровьесберегающая технология – это...

2. Определите фазы адаптации к школе у младших школьников:
 - А) неустойчивое приспособление;
 - Б) относительно устойчивое приспособление;
 - В) адаптированная реакция;
 - Г) генерализованная реакция.
3. Оптимальное время суток для работоспособности учащихся:
 - А) 8-10 часов
 - Б) 10-12 часов
 - В) 15-18 часов
 - Г) 12-15 часов
4. Полуростовой скачок – это
5. Температура воздуха в классе, спортзале, в учебных мастерских, в библиотеке:
 - А) 16-18 градусов
 - Б) 18-20 градусов
 - В) 15-17 градусов
 - Г) 17-21 градус
6. «Пирамида здоровья» представлена в программе:
 - А) Л.Г. Татарниковой «Я и мое здоровье»
 - Б) Н.Ф. Базарного «Сенсорная свобода и психомоторное раскрепощение»
 - В) Т.Ф. Ореховой, Т.В. Кружилиной «Здоровое поколение»
 - Г) О.И. Тищенко «Школа-территория здоровья»
7. Контурки представлены в программе:
 - А) Л.Г. Татарниковой «Я и мое здоровье»
 - Б) Н.Ф. Базарного «Сенсорная свобода и психомоторное раскрепощение»
 - В) Т.Ф. Ореховой, Т.В. Кружилиной «Здоровое поколение»
 - Г) О.И. Тищенко «Школа-территория здоровья»

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

В ФГБОУ ВО «Астраханский государственный университет» действует балльно-рейтинговая система оценки учебных достижений студентов (БАРС). Успешность изучения каждого учебного курса в течение семестра оценивается, исходя из 100 максимальных возможных баллов. По дисциплине, итоговой формой отчетности для которой является экзамен, балльная оценка распределяется на две составляющие: семестровую (текущий контроль по учебной дисциплине в течение семестра) – 50 баллов, и экзаменационную – 50 баллов. В итоге суммарный рейтинговый балл освоения учебного курса за семестр на экзамене переводится в 4-балльную оценку, которая считается итоговой по учебному курсу в течение семестра и заносится в зачетную книжку студента.

Шкала перевода рейтинговых баллов в итоговую оценку за семестр по учебному курсу

Сумма баллов по дисциплине	Оценка по 4- балльной шкале
90-100	5 (отлично), (зачтено)
85- 89	4 (хорошо), (зачтено)
75- 84	
70-74	
65-69	3 (удовлетворительно), (зачтено)
60-64	
Ниже 60 баллов	2 (неудовлетворительно), (не зачтено)

За преподавателем остается право установить критерии оценки за посещаемость и активность работы студента на занятиях. Общая сумма поощрительных баллов за данные мероприятия не может составлять более 10 баллов. Кроме этого для поддержания учебной дисциплины предусмотрена система штрафов студентов. До начала занятий по учебному курсу преподаватель составляет технологическую карту, в которой отражается порядок начисления баллов за контрольные мероприятия, бонусы и штрафы. Технологическая карта доводится до сведения каждого студента на первом занятии.

Примерная технологическая карта
ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Направление подготовки: Педагогическое образование

Дисциплина: **Здоровьесберегающие технологии в начальном образовании**

Курс: I, 1 семестр

Кафедра: педагогики, психологии и гуманитарных дисциплин

Преподаватель: **Аюпова А.К., к.м.н., доцент кафедры математики и информатики**

Трудоемкость дисциплины: 72 часа

Максимальное количество баллов за работу

в течение семестра: 50 баллов

итоговый контроль: 50 баллов

Таблица 1 – Контролируемые мероприятия

№ и/и	Контролируемые мероприятия	Количество мероприятия/ баллы	Максимальное количество баллов	Срок предоставления
Основной блок				
1.	Выступления на семинарских занятиях:			
1.1	полный ответ по вопросу	3 балла	6	по расписанию
1.2	Участие в «круглом столе»	1 балл	1	по расписанию
2.	Тест по темам	0,1 балл за каждый правильный ответ	6	по расписанию
3.	Контрольная работа по темам	6 баллов	18	по расписанию
4.	Контроль эссе	5 баллов	5	по расписанию
5.	Контроль реферата	4 балла	4	
Всего			40	
дополнительный блок				
6.	Экзамен	В соответствии с установленными	50	по расписанию

		кафедрой критериями		
Итого:			100	

Таблица 2 – Начисление бонусов

Показатель	Баллы
Отсутствие пропусков лекции (посетил все лекции)	+ 3
Отсутствие пропусков практических занятий (посетил все занятия)	+ 3
Активная работа студента на занятии, существенный вклад студента на занятии	+ 4
Конспекты лекций, семинарских занятий, первоисточников при начислении баллов не учитываются	0

Таблица 3 – Система штрафов

Показатель	Баллы
Опоздание (два и более)	-2
Не готов к практической части занятия	-3
Нарушение учебной дисциплины	-2
Пропуски лекций без уважительных причин (за одну лекцию)	-2
Пропуск занятий без уважительной причины (за одно занятие)	-2
Нарушение правил техники безопасности	-1
Отсутствие конспектов лекций, семинарских занятий, первоисточников при начислении баллов не учитываются	0

Преподаватель, реализующий дисциплину, в зависимости от уровня подготовленности обучающихся может использовать иные формы, методы контроля и оценочные средства, исходя из конкретной ситуации.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) Основная литература:

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии М, 2016 <https://biblio.asu.edu.ru>
2. Чупаха И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе М.: Народное образование, 2016. www.biblio-online.ru

б) Дополнительная литература:

Волынкин В.И. Педагогика в схемах и таблицах : учеб. пособ. / В. И. Волынкин. - Ростов на/Д : Феникс, 2017. - 283 с. <https://biblio.asu.edu.ru>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины:

1. Электронная библиотека «Астраханский государственный университет» собственной генерации на платформе ЭБС «Электронный Читальный зал – БиблиоТех». <https://biblio.asu.edu.ru>

2. **Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента».** Многопрофильный образовательный ресурс «Консультант студента» является электронной библиотечной системой, предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Каталог содержит более 15 000 наименований изданий.

www.studentlibrary.ru.

3. **Электронная библиотечная система издательства ЮРАЙТ, раздел «Легендарные книги».** www.biblio-online.ru, <https://urait.ru/>

4. **Электронная библиотечная система IPRbooks.** www.iprbookshop.ru

5. **Электронно-библиотечная система ВООК.ru**

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории; библиотека филиала АГУ; учебные видеоролики, фильмы; средства мультимедиа и компьютерная техника.

При необходимости рабочая программа дисциплины может быть адаптирована для обеспечения образовательного процесса инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для дистанционного обучения. Для этого требуется заявление студента (его законного представителя) и заключение психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК).