

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»**

Факультет психологии и социальной работы  
Кафедра психологии образования и развития

УТВЕРЖДАЮ  
И. о. проректора по УР  
М. Х. Чанкаев  
«30» апреля 2025 г., протокол № 8

**Рабочая программа дисциплины**  
**Здоровьесберегающие технологии в педагогике и**  
**психологии**

---

*(наименование дисциплины (модуля))*

Направление подготовки  
***44.03.02 Психолого-педагогическое образование***  

---

*(шифр, название направления)*

Направленность (профиль) подготовки  
***Педагог-психолог***  

---

Квалификация выпускника  
***Бакалавр***  

---

Форма обучения  
***очная; заочная***  

---

***Год начала подготовки –2025***

---

Составитель: зав.кафедрой психологии образования и развития, доц. Акбашева Р.С.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 122 (с изменениями и дополнениями: редакция с изменениями № 1456 от 26.11.2020; с изменениями и дополнениями от 26 ноября 2020 г., 8 февраля 2021 г.), образовательной программой высшего образования по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, направленность (профиль) – «Педагог-психолог»; локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры  
психологии образования и развития на 2025-2026 уч. год

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |  |
|--|--|
| 1. Наименование дисциплины (модуля) .....  | 4                                      |
| 2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы .....   | 4                                      |
| 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы .....   | 5                                      |
| 4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся ..... | 8                                      |
| 5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий .....   | 9                                      |
| 5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) .....  | 9                                      |
| 6. Образовательные технологии .....  | 12                                     |
| 7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) .....   | 14                                     |
| 7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций .....   | 14                                     |
| 7.2. Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины .....  | 18                                     |
| 7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям: .....   | 19                                     |
| 7.2.3. Примерные вопросы к промежуточной аттестации .....  | <b>Ошибка! Закладка не определена.</b> |
| 7.2.4. Балльно-рейтинговая система оценки знаний обучающихся .....   | 25                                     |
| 8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса .....  | 28                                     |
| 8.1. Основная литература: .....  | 28                                     |
| 8.2. Дополнительная литература: .....  | 28                                     |
| 9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля) .....   | 29                                     |
| 10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля) .....   | 29                                     |
| 10.1. Общесистемные требования .....   | 29                                     |
| 10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины .....   | 30                                     |
| 10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения .....  | 31                                     |
| 10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы .....   | 31                                     |
| 11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья .....   | 31                                     |
| 12. Лист регистрации изменений .....   | 31                                     |

# 1. Наименование дисциплины (модуля) «Здоровьесберегающие технологии в педагогике и психологии»

**Целью изучения дисциплины** является формирование представлений студентов о современных технологиях в области сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста; углубление и расширение их знаний по проблемам здоровья и образа жизни.

## **Задачи дисциплины:**

- формирование представлений о здоровьесберегающей деятельности и технологиях здоровьесбережения школьников;
- сформировать профессиональные умения и навыки осуществления здоровьесберегающей деятельности в процессе преподавания педагогики;
- закрепить и расширить знания студентов по методике преподавания педагогики полученные ранее.

Цели и задачи дисциплины определены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, профиль – «Педагог-психолог» (квалификация – «бакалавр»).

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии в педагогике и психологии» (Б1.В.ДВ.04.01) относится к «Блок 1. Дисциплины (модули)», части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина (модуль) изучается на 4 курсе в 7 семестре.

| <b>МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО</b>   |               |
|---|---------------|
| Индекс  | Б1.В.ДВ.04.01 |
| <b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>  |               |
| Для освоения дисциплины обучающиеся используют компетенции, полученные на предыдущем уровне образования.  |               |
| <b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b><br>Изучение дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в педагогике и психологии» необходимо для успешного освоения дисциплины «Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях». |               |

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины **Здоровьесберегающие технологии в педагогике и психологии** направлен на формирование следующих компетенций обучающегося:

| Код компетенции | Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП | Индикаторы достижения компетенций   | Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами |
|-----------------|--|-------------------------------------|---|
| <b>УК-7</b>     | <b>Способен поддерживать</b>                               | <b>УК-7.1</b> Знает должный уровень | <b>Знать:</b><br>– ценности, функции  |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  | <p><b>должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b></p> | <p>физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.</p> <p><b>УК-7.2</b> Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p> <p><b>УК-7.3</b> Владеет принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой.</p> | <p>физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методы и средства физической культуры и спорта, основы формирования и совершенствования физических качеств, а также уровня физической подготовленности</li> <li>– принципы и основы методики проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья</li> <li>– методы сохранения и укрепления здоровья</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья</li> <li>– осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культурой и спортом</li> <li>– использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организации здорового образа жизни</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе</li> </ul> |
|--|--|---|--|

|             |   |  |   |
|-------------|---|--|---|
|             |   |  | <p>оздоровительной физической культурой</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способами и средствами организации здорового образа жизни - навыками организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в том числе оздоровительной физической культурой</li> </ul>   |
| <b>УК-8</b> | <p>Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности и для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p> | <p><b>УК-8.1</b> Знает безопасные и/или комфортные условия труда на рабочем месте, в т.ч. с помощью средств защиты. Выявляет и устраняет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте.</p> <p><b>УК-8.2</b> Умеет осуществлять действия по предотвращению возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте, в т.ч. с помощью средств защиты.</p> <p><b>УК-8.3</b> Владеет Навыками создания комфортной (нормативной) и безопасной образовательной, трудовой, рекреативной и бытовой среды обитания.</p> | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– требования, предъявляемые к безопасности условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и угрозе военных конфликтов и пути обеспечения комфортных условий труда на рабочем месте.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обеспечивать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и угрозе военных конфликтов, комфортные условия труда на рабочем месте; выявлять и устранять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте;</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте.</li> </ul> |
| <b>ПК-4</b> | <p>Способен разрабатывать предложения по формированию</p>   | <p><b>ПК-4.1</b> Знает совокупность программ, приемов, методов организации</p>   | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– особенности, интересы и потребности обучающегося, что может</li> </ul>  |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | <p><b>сберегающих здоровье образовательных технологий, здорового образа жизни</b></p> | <p>учебно-воспитательного процесса, не наносящего вреда здоровью обучающихся. Систему организованной деятельности, направленную на защиту здоровья детей и педагогов.</p> <p><b>ПК-4.2</b> Умеет разрабатывать предложения по формированию здоровьесберегающих технологий.</p> <p><b>ПК-4.3</b> Владеет приемами и средствами позволяющими укреплять здоровье обучающегося, их физическое и психическое развитие.</p> | <p>повлиять на их здоровье;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– совокупность программ, приемов, методов организации учебно-воспитательного процесса, не наносящего вреда здоровью обучающихся;</li> <li>– систему организованной деятельности, направленную на защиту здоровья детей и педагогов;</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать предложения по формированию здоровьесберегающих технологий;</li> <li>– осуществление консультативной помощи при реализации программ внедряющих принципы здорового образа жизни</li> <li>– создавать организационно - методические рекомендации для формирования оптимальных экологических условий при формировании личности обучающихся.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками обеспечивающими профилактику травматизма обучающихся (воспитанников);</li> <li>– навыками, реализующими принципы здоровьесберегающей педагогики;</li> <li>– навыками, исключаящим и негативное воздействие учебного процесса на здоровье детей;</li> <li>– приемами и средствами позволяющими укреплять здоровье обучающегося, его физическое и психическое развитие.</li> </ul> |
|--|---|---|---|

**4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет **3 ЗЕТ, 108 академических часов.**

| Объём дисциплины   | Всего часов              | Всего часов                |
|--|--------------------------|----------------------------|
|  | для очной формы обучения | для заочной формы обучения |
| <b>Общая трудоемкость дисциплины</b>   | 108                      | 108                        |
| <b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)</b>  |                          |                            |
| <b>Аудиторная работа (всего):</b>  | 48                       | 12                         |
| в том числе:   |                          |                            |
| лекции   | 24                       | 6                          |
| семинары, практические занятия   | 24                       | 6                          |
| практикумы   |                          |                            |
| лабораторные работы  |                          |                            |
| <b>Внеаудиторная работа:</b>   |                          |                            |
| консультация перед зачетом/экзаменом   |                          |                            |
| Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др. |                          |                            |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся (всего)</b>  | 60                       | 92                         |
| <b>Контроль самостоятельной работы</b>   |                          | 4                          |
| <b>Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)</b>   | зачет                    | зачет                      |

**5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий  
(в академических часах)**

Для очной формы обучения

| № п/п | Раздел, тема дисциплины | Общая трудоемкость (в часах) | Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах) |    |     |             |                                 |
|-------|-------------------------|------------------------------|---|----|-----|-------------|---------------------------------|
|       |                         |                              | Аудиторные уч. занятия  |    |     | Сам. работа | Планируемые результаты обучения |
|       |                         | всего                        | Лек   | Пр | Лаб |             |                                 |
|       |                         |                              |   |    |     |             | Формы текущего контроля         |



|    |   |    |   |   |  |   |                  |                   |
|----|---|----|---|---|--|---|------------------|-------------------|
| 1. | <b>Раздел 1. Теоретические аспекты здоровьесберегающей педагогики лекционное занятие.</b><br>Тема:<br>Исторические предпосылки развития культуры здоровья личности. Современные подходы к проблеме сохранения здоровья подрастающего поколения. | 8  | 2 | 2 |  | 4 | УК-7, УК-8, ПК-4 | Устный опрос      |
| 2. | Тема: Основы науки о здоровье.  | 6  | 2 | 2 |  | 2 | УК-7, УК-8, ПК-4 |                   |
| 3. | Тема: Основные направления и содержание здоровьесберегающей жизнедеятельности в разные возрастные периоды.  | 6  | 2 | 2 |  | 2 | УК-7, УК-8, ПК-4 | Устный опрос      |
| 4. | Тема: Сущность культуры здоровья и ее проявления Педагогическая система действий по развитию культуры здоровья учащихся.  | 12 | 4 | 2 |  | 4 | УК-7, УК-8, ПК-4 | Письменный опрос  |
| 5. | Тема: Здоровьесберегающая деятельность в дошкольных образовательных учреждениях   | 6  | 2 | 2 |  | 2 | УК-7, УК-8, ПК-4 | Устный опрос      |
| 6. | <b>Раздел 2. Пути и условия формирования культуры здоровья школьников в начальной школе.</b>  | 10 | 2 | 2 |  | 4 | УК-7, УК-8, ПК-4 | Фронтальный опрос |

|     |  |            |           |           |  |           |                  |                   |
|-----|--|------------|-----------|-----------|--|-----------|------------------|-------------------|
|     | Тема: Подготовка педагогов к здоровьесберегающему воспитанию школьников. Индивидуализация обучения как условие сохранения здоровья подрастающего поколения |            |           |           |  |           |                  |                   |
| 7.  | Тема: Развитие культуры здоровья подростков в учебное время. Организация внеучебной деятельности в Клубе здоровья.   | 12         | 2         | 4         |  | 6         | УК-7, УК-8, ПК-4 | Письменный опрос  |
| 8.  | Тема: Психолого-педагогические условия становления личностной культуры здоровья в подростковом возрасте.   | 12         | 4         | 2         |  | 6         | УК-7, УК-8, ПК-4 | Реферат           |
| 9.  | <b>Раздел 3. Здоровьесберегающие образовательные технологии.</b><br>Тема: Система разработки программ содействия здоровью учащихся.                        | 14         | 4         | 4         |  | 6         | УК-7, УК-8, ПК-4 | Устный опрос      |
| 10. | Тема: Методика и организация оздоровительной работы. Валеологическая модель деятельности социального педагога  | 15         | 4         | 4         |  | 7         | УК-7, УК-8, ПК-4 | Фронтальный опрос |
| 11. | Тема: Методы педагогики здоровья.  | 13         | 2         | 4         |  | 7         | УК-7, УК-8, ПК-4 | Реферат           |
| 12. | <b>Итого</b>   | <b>108</b> | <b>30</b> | <b>30</b> |  | <b>48</b> |                  |                   |

**Для заочной формы обучения**

| № п/п | Раздел, тема дисциплины   | Общая трудоемкость (в часах) | Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах) |    |     |             |                                 |                         |
|-------|---|------------------------------|---|----|-----|-------------|---------------------------------|-------------------------|
|       |   | всего                        | Аудиторные уч. занятия  |    |     | Сам. работа | Планируемые результаты обучения | Формы текущего контроля |
|       |   |                              | Лек   | Пр | Лаб |             |                                 |                         |
| 1.    | <b>Раздел 1. Теоретические аспекты здоровьесберегающей педагогики лекционное занятие.</b><br>Исторические предпосылки развития культуры здоровья личности. Современные подходы к проблеме сохранения здоровья подрастающего поколения.        | 9                            | 2   |    |     | 7           | УК-7, УК-8, ПК-4                | Устный опрос            |
| 2.    | Сущность культуры здоровья и ее проявления<br>Педагогическая система действий по развитию культуры здоровья учащихся.   | 9                            |   | 2  |     | 7           | УК-7, УК-8, ПК-4                | Письменный опрос        |
| 3.    | <b>Раздел 2. Пути и условия формирования культуры здоровья школьников в начальной школе.</b><br>Подготовка педагогов к здоровьесберегающему воспитанию школьников.<br>Индивидуализация обучения как условие сохранения здоровья подрастающего | 9                            | 2   |    |     | 7           | УК-7, УК-8, ПК-4                | Фронтальный опрос       |

|    |  |           |          |          |  |           |                  |                   |
|----|--|-----------|----------|----------|--|-----------|------------------|-------------------|
|    | поколения  |           |          |          |  |           |                  |                   |
| 4. | Развитие культуры здоровья подростков в учебное время Организация внеучебной деятельности в Клубе здоровья.                | 9         |          | 2        |  | 7         | УК-7, УК-8, ПК-4 | Письменный опрос  |
| 5. | Психолого-педагогические условия становления личностной культуры здоровья в подростковом возрасте.                         | 9         |          | 2        |  | 7         | УК-7, УК-8, ПК-4 | Реферат           |
| 6. | <b>Раздел 3. Здоровьесберегающие образовательные технологии.</b> Система разработки программ содействия здоровью учащихся. | 9         |          | 2        |  | 7         | УК-7, УК-8, ПК-4 | Устный опрос      |
| 7. | Методика и организация оздоровительной работы Валеологическая модель деятельности социального педагога                     | 7         |          |          |  | 7         | УК-7, УК-8, ПК-4 | Фронтальный опрос |
| 8. | Методы педагогики здоровья.  | 7         |          |          |  | 7         | УК-7, УК-8, ПК-4 | Реферат           |
| 9. | Контроль ср  | 4         |          |          |  |           |                  |                   |
|    | Итого  | <b>72</b> | <b>6</b> | <b>6</b> |  | <b>56</b> |                  |                   |

## 6. Образовательные технологии

При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения.

Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

**Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий.**

Практические (семинарские занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

### **1.Обсуждение в группах**

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождение истины или достижение лучшего взаимопонимания, Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

- задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5.... 10 ошибок);
- ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);
- назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

### **2.Публичная презентация проекта**

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

### **3.Дискуссия**

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающейся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме, друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

## 7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

### 7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций

| Уровни сформированности компетенций | Индикаторы   | Качественные критерии оценивание  |  |  |          |
|-------------------------------------|--|---|--|--|----------|
|                                     |  | 2 балла   | 3 балла  | 4 балла  | 5 баллов |
| УК-7                                |  |   |  |  |          |
| Базовый                             | <b>Знать:</b> ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества  | Не знает ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества  | В целом знает ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества  | Знает ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества  |          |
|                                     | <b>Уметь:</b> - планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности и для сохранения и укрепления здоровья | Не умеет - планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья | В целом умеет - планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья | Умеет - планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья |          |
|                                     | <b>Владеть:</b> - принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том  | Не владеет - принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том  | В целом владеет -принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том   | Владеет - принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том  |          |

|                | числе<br>оздоровительной<br>физической<br>культурой   | числе<br>оздоровительной<br>физической<br>культурой | числе<br>оздоровительной<br>физической<br>культурой | числе<br>оздоровительной<br>физической<br>культурой |   |
|----------------|---|---|---|---|---|
| Повышенн<br>ый | <b>Знать:</b> -<br>принципы и<br>основы методики<br>проведения<br>учебно-<br>тренировочных<br>занятий с целью<br>повышения<br>адаптационных<br>резервов<br>организма и<br>укрепления<br>здоровья<br>-методы<br>сохранения и<br>укрепления<br>здоровья   |   |   |   | В полном объеме<br>знает - принципы<br>и основы<br>методики<br>проведения<br>учебно-<br>тренировочных<br>занятий с целью<br>повышения<br>адаптационных<br>резервов<br>организма и<br>укрепления<br>здоровья<br>-методы<br>сохранения и<br>укрепления<br>здоровья  |
|                | <b>Уметь:</b> -<br>осуществлять<br>самоконтроль<br>состояния своего<br>организма в<br>процессе занятий<br>физической<br>культурой и<br>спортом<br>- использовать<br>средства и<br>методы<br>физической<br>культуры для<br>формирования<br>физических и<br>психических<br>качеств личности<br>и организации<br>здорового образа<br>жизни<br><br><b>Владеть:</b><br>способами и<br>средствами<br>организации<br>здорового образа<br>жизни -<br>навыками<br>организации<br>самостоятельных<br>занятий<br>физической<br>культурой и<br>спортом, в том<br>числе<br>оздоровительной<br>физической |   |   |   | Умеет в полном<br>объеме<br><br>- осуществлять<br>самоконтроль<br>состояния своего<br>организма в<br>процессе занятий<br>физической<br>культурой и<br>спортом<br>- использовать<br>средства и<br>методы<br>физической<br>культуры для<br>формирования<br>физических и<br>психических<br>качеств личности<br>и организации<br>здорового образа<br>жизни<br><br>В полном объеме<br>владеет навыками<br>способами и<br>средствами<br>организации<br>здорового образа<br>жизни -навыками<br>организации<br>самостоятельных<br>занятий<br>физической<br>культурой и<br>спортом, в том<br>числе<br>оздоровительной<br>физической<br>культурой |

|  |           |  |  |  |  |
|--|-----------|--|--|--|--|
|  | культурой |  |  |  |  |
|--|-----------|--|--|--|--|

### УК-8

|            |  |   |  |  |   |
|------------|--|---|--|--|---|
| Базовый    | <b>Знать:</b> требования, предъявляемые к безопасности условий жизнедеятельности,  | - Не знает требования, предъявляемые к безопасности условий жизнедеятельности,  | - В целом знает требования, предъявляемые к безопасности условий жизнедеятельности,  | - Знает требования, предъявляемые к безопасности условий жизнедеятельности,  | -   |
|            | <b>Уметь:</b> обеспечивать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и угрозе военных конфликтов, комфортные условия труда на рабочем месте; | Не умеет обеспечивать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и угрозе военных конфликтов, комфортные условия труда на рабочем месте; | В целом умеет обеспечивать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и угрозе военных конфликтов, комфортные условия труда на рабочем месте; | Умеет обеспечивать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и угрозе военных конфликтов, комфортные условия труда на рабочем месте; |   |
|            | <b>Владеть:</b> навыками предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте.  | - Не владеет навыками предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте.  | - В целом владеет навыками предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте.  | - Владеет-навыками предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте.  |   |
| Повышенный | <b>Знать:</b> требования, предъявляемые к безопасности условий жизнедеятельности, при возникновении чрезвычайных ситуаций и угрозе военных конфликтов и                                      | Не знает требования, предъявляемые к безопасности условий жизнедеятельности, при возникновении чрезвычайных ситуаций и угрозе военных конфликтов и                                      | В целом знает требования, предъявляемые к безопасности условий жизнедеятельности, при возникновении чрезвычайных ситуаций и угрозе военных конфликтов и                                      | Знает требования, предъявляемые к безопасности условий жизнедеятельности, при возникновении чрезвычайных ситуаций и угрозе военных конфликтов и                                      | В полном объеме знает требования, предъявляемые к безопасности условий жизнедеятельности, при возникновении чрезвычайных ситуаций и угрозе военных конфликтов и |



|  |   |  |   |   |   |
|--|---|--|---|---|---|
|  | пути обеспечения комфортных условий труда на рабочем месте.   | пути обеспечения комфортных условий труда на рабочем месте.  | пути обеспечения комфортных условий труда на рабочем месте.   | пути обеспечения комфортных условий труда на рабочем месте.   | пути обеспечения комфортных условий труда на рабочем месте.   |
|  | <b>Уметь:</b> выявлять и устранять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте;                             | Не умеет выявлять и устранять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте;                             | В целом умеет выявлять и устранять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте;                             | Умеет выявлять и устранять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте;                             | Умеет в полном объеме выявлять и устранять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте;                             |
|  | <b>Владеть:</b> навыками предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте. | Не владеет навыками предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте. | В целом владеет навыками предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте. | Владеет навыками предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте. | В полном объеме владеет навыками предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте. |

#### ПК-4

|            |  |   |  |  |  |
|------------|--|---|--|--|--|
| Базовый    | <b>Знать:</b> особенности, интересы и потребности обучающегося, что может повлиять на их здоровье;   | - Не знает особенности, интересы и потребности обучающегося, что может повлиять на их здоровье;   | - В целом знает особенности, интересы и потребности обучающегося, что может повлиять на их здоровье;   | - Знает особенности, интересы и потребности обучающегося, что может повлиять на их здоровье;   | -  |
|            | <b>Уметь:</b> разрабатывать предложения по формированию здоровьесберегающих технологий;  | - Не умеет разрабатывать предложения по формированию здоровьесберегающих технологий;  | - В целом умеет разрабатывать предложения по формированию здоровьесберегающих технологий;  | - Умеет разрабатывать предложения по формированию здоровьесберегающих технологий;  | -  |
|            | <b>Владеть:</b> - создавать организационно - методические рекомендации для формирования оптимальных экологических условий при формировании личности обучающихся. | Не владеет - создавать организационно - методические рекомендации для формирования оптимальных экологических условий при формировании личности обучающихся. | В целом владеет - создавать организационно - методические рекомендации для формирования оптимальных экологических условий при формировании личности обучающихся. | Владеет - создавать организационно - методические рекомендации для формирования оптимальных экологических условий при формировании личности обучающихся. |  |
| Повышенный | <b>Знать:</b> совокупность программ, приемов,  | - Не знает совокупность программ, приемов, методов  | - В целом знает совокупность программ, приемов, методов  | - Знает совокупность программ, приемов, методов  | - В полном объеме знает совокупность программ, |

|  |  |  |  |   |
|--|--|--|--|---|
| методов организации учебно-воспитательного процесса, не наносящего вреда здоровью обучающихся; - систему организованной деятельности, направленную на защиту здоровья детей и педагогов; | организации учебно-воспитательного процесса, не наносящего вреда здоровью обучающихся; - систему организованной деятельности, направленную на защиту здоровья детей и педагогов; | организации учебно-воспитательного процесса, не наносящего вреда здоровью обучающихся; - систему организованной деятельности, направленную на защиту здоровья детей и педагогов; | организации учебно-воспитательного процесса, не наносящего вреда здоровью обучающихся; - систему организованной деятельности, направленную на защиту здоровья детей и педагогов; | приемов, методов организации учебно-воспитательного процесса, не наносящего вреда здоровью обучающихся; - систему организованной деятельности, направленную на защиту здоровья детей и педагогов; |
| <b>Уметь:</b><br>создавать организационно - методические рекомендации для формирования оптимальных экологических условий при формировании личности обучающихся.                          | Не умеет создавать организационно - методические рекомендации для формирования оптимальных экологических условий при формировании личности обучающихся                           | В целом умеет создавать организационно - методические рекомендации для формирования оптимальных экологических условий при формировании личности обучающихся.                     | Умеет создавать организационно - методические рекомендации для формирования оптимальных экологических условий при формировании личности обучающихся                              | Умеет в полном объеме создавать организационно - методические рекомендации для формирования оптимальных экологических условий при формировании личности обучающихся.                              |
| <b>Владеть:</b><br>приемами и средствами позволяющими укреплять здоровье обучающегося, его физическое и психическое развитие   | Не владеет приемами и средствами позволяющими укреплять здоровье обучающегося, его физическое и психическое развитие.  | В целом владеет приемами и средствами позволяющими укреплять здоровье обучающегося, его физическое и психическое развитие  | Владеет приемами и средствами позволяющими укреплять здоровье обучающегося, его физическое и психическое развитие  | В полном объеме владеет навыками и приемами и средствами позволяющими укреплять здоровье обучающегося, его физическое и психическое развитие  |

**7.2. Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины**

**7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:**

1. Краткая характеристика концепции здоровьесберегающей школы, основанной на комплексном подходе к сохранению здоровья обучающихся и преподавателей
2. Характеристика основных компонентов здоровьесберегающей деятельности
3. Содержание понятия «здоровье»
4. Классификация состояния здоровья в различных возрастных группах
5. Характеристика диагностик оценивания состояния здоровья
6. Технологии, направленные на здоровьесбережение в образовании
7. Характеристика здоровьесберегающие образовательных технологий

**Примерные психологические задачи, практико-ориентированные кейсы**

**Задание 1**

**Составление пищевого рациона**

Составить суточный пищевой рацион человека. При составлении пищевого рациона человека следует придерживаться следующих правил:

- калорийность пищевого рациона должна соответствовать суточному расходу энергии;
- необходимо учитывать оптимальное для лиц данного вида труда (а для детей возраста) количество белков, жиров и углеводов;
- наилучший режим питания предполагает четырехразовый прием пищи (завтрак должен составлять 10-11%, второй завтрак 15-35%, обед 40-50%, ужин 15-20% от общей калорийности);
- продукты, богатые белком (мясо, рыба, яйцо), рациональнее использовать для завтрака и обеда. На ужин следует оставлять молочно – растительные блюда;
- в пищевом рационе около 30 % должны составлять белки и жиры животного происхождения.

Заполните таблицу:

| Режим питания | Название продукта | Масса, г | Содержание во взятом количестве продукта, г |      |          |  | Калорийность, Дж |
|---------------|-------------------|----------|---|------|----------|--|------------------|
|               |                   |          | Белки                                       | Жиры | Углеводы |  |                  |
| 1-й завтрак   |                   |          |   |      |          |  |                  |
| 2-й завтрак   |                   |          |   |      |          |  |                  |
| Обед          |                   |          |   |      |          |  |                  |
| Ужин          |                   |          |   |      |          |  |                  |
| <b>ИТОГО:</b> |                   |          |   |      |          |  |                  |

## Задание 2

Заведите дневник питания, используя учебно-методическое пособие **Безопасность жизнедеятельности: Здоровый образ жизни человека**

## Задание 3.

Заполните анкету представленную ниже:

### Анкета оценки уровня индивидуального здоровья и отношение к проблемам здоровья как культурологической категории

Возраст \_\_\_\_\_, пол \_\_\_\_\_, рост \_\_\_\_\_, вес \_\_\_\_\_, состоящий в браке (да/нет) \_\_\_\_\_.

Условия жизни: а) хорошие, б) удовлетворительные, в) неудовлетворительные

1. Придерживаетесь ли Вы:

1.1. режиму питания: а) да, б) частично, в) нет

1.2. режиму сна: а) да, б) частично, в) нет

1.3. режиму двигательной активности: а) да, б) частично, в) нет

2. Проходите ли Вы ежегодное медицинское обследование? да /нет

### II. Функциональные пробы:

(При выполнении проб просим Вас быть максимально объективными, это даст Вам возможность провести экспресс-оценку собственного здоровья с помощью ключа, который Вам предложат).

1) Сделайте спокойный вдох и обычный выдох и задержите дыхание на выдохе. Укажите количество секунд на которую вы задержали дыхания \_\_\_\_\_ с.

2) Определите соответствие Вашего веса стандартной формулой:

Рост в сантиметрах минус 105 равняется\_\_\_\_\_. Укажите, что конституцию тела Вы имеете /астеник/нормостеник/гиперстеник (ненужное зачеркните).

### **III. Уровень сформированности культуры здоровья**

1) Как Вы оцениваете собственное здоровье?

А) как хорошее; Б) как удовлетворительное; В) как неудовлетворительное.

2) Есть ли генетические болезни в Вашей семье?

А) да; Б) нет; В) не знаю Г) укажите название болезни\_\_\_\_\_

3) Какие из следующих проблем физического здоровья детей и молодежи Вы считаете наиболее актуальными?

(проанализируйте 5 важнейших)

- Употребление алкогольных напитков,
- лишний вес,
- заболевание опорно-двигательного аппарата,
- заболевание желудочно-кишечного тракта,
- снижение иммунитета,
- курение,
- инвалидность, связанная с травмами в быту и на производстве,
- наркомания, токсикомания,
- низкий уровень физического развития,
- распространение разных хронических заболеваний,
- врожденные патологии,
- СПИД,
- туберкулез,
- бесплодие, как следствие абортов,
- патологии органов зрения,
- сердечно - сосудистые болезни,
- другое\_\_\_\_\_

4) Какие по Вашему мнению, главные причины пяти определенных Вами проблем физического здоровья детей и молодежи:

Проблема № 1 (причины)\_\_\_\_\_

Проблема № 2 (причины)\_\_\_\_\_

Проблема № 3 (причины )\_\_\_\_\_

Проблема № 4 (причины)\_\_\_\_\_

Проблема № 5(причины)\_\_\_\_\_

5) Какие из нижеприведенных проблем психологического и эмоционального здоровья детей и молодежи Вы считаете наиболее актуальными:

- депрессия,
- сужение способностей проявления эмоций,
- замкнутость,
- неадекватная оценка ситуации,

- проблемы общения в семье и с ровесниками
- развязность,
- самостоятельность,
- склонность к насилию,
- склонность к суициду,
- замедленное интеллектуальное развитие,
- другое.

6) Как на здоровье человека влияют следующие факторы?

| № фактора                                     | абсолютно не влияют | влияют частично | значительно влияют | тяжело ответить |
|---|---------------------|-----------------|--------------------|-----------------|
| 1. Жилищные условия                           |                     |                 |                    |                 |
| 2. Физическая культура                        |                     |                 |                    |                 |
| 3. Спорт                                      |                     |                 |                    |                 |
| 4. медицинское обслуживание                   |                     |                 |                    |                 |
| 5.Свободное время                             |                     |                 |                    |                 |
| 6. Условия окружающей среды                   |                     |                 |                    |                 |
| 7.Наследственные факторы                      |                     |                 |                    |                 |
| 8. Уровень жизни, материальное благосостояние |                     |                 |                    |                 |
| 9. Качество питания                           |                     |                 |                    |                 |
| 10 Условия обучения                           |                     |                 |                    |                 |
| 11. Сформированность представлений про ЗОЖ    |                     |                 |                    |                 |
| 12. Другие факторы (укажите)                  |                     |                 |                    |                 |

7) Влияют ли на Ваш способ жизни следующие факторы?

| № фактора                                  | абсолютно не влияет | влияет частично | значительно влияет | тяжело ответить |
|--|---------------------|-----------------|--------------------|-----------------|
| 1. Организованная (формальное образование) |                     |                 |                    |                 |
| 2. Средства массовой информации            |                     |                 |                    |                 |
| 3. Звезды искусства и культуры             |                     |                 |                    |                 |
| 4. Звезды спорта                           |                     |                 |                    |                 |
| 5. Ориентации населения региона            |                     |                 |                    |                 |
| 6. Личные качества человека                |                     |                 |                    |                 |

|                                    |  |  |  |  |
|------------------------------------|--|--|--|--|
| 7. Окружение ( друзья, знакомые)   |  |  |  |  |
| 8. Семья                           |  |  |  |  |
| 9. Социальная политика государства |  |  |  |  |
| 10. Другие факторы (укажите)       |  |  |  |  |

### Критерии оценки письменного задания:

Отметка **«отлично»** за письменную работу, если изложенный в докладе материал:

- отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;
- четко структурирован, с выделением основных моментов;
- доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;
- на вопросы по теме получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка **«хорошо»** ставится, если изложенный материал:

- характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;
- доклад длинный, не вполне четкий;
- на вопросы по теме получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка **«удовлетворительно»** ставится, если изложенный материал:

- недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;
- докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по теме не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка **«неудовлетворительно»** ставится, если:

- задание не выполнено;
- не ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

### Типовые темы к рефератам:

1. Становление и развитие педагогики здоровья.
2. Основные принципы педагогики здоровья.
3. Понятие «образ жизни человека» и его влияние на здоровье.
4. Анализ известных подходов к определению здоровья.
5. Понятие «здоровье» как системное и комплексное.
6. ЗОЖ. Его основные элементы и факторы, на него влияющие.
7. Понятие культуры здоровья, пути ее развития.
8. Основные элементы культуры здоровья личности.
9. Компонентный состав культуры здоровья, его содержание.
10. Подготовка педагогов к здоровьесберегающему воспитанию дошкольников.
11. Современные подходы к проблеме сохранения здоровья детей.
12. Педагогическая система действий по развитию культуры здоровья детей дошкольного возраста.
13. Методика и организация оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.
14. Валеологическая модель деятельности педагога дошкольного учреждения.
15. Совместная деятельность семьи и ДОУ по сохранению здоровья детей.
16. Организация прогулки на участке ДОО с использованием здоровьесберегающих технологий.

18. Методики формирования основ здорового образа жизни в работах Н.А.Ноткиной, М.А.Руновой, В.П.Щербакова.
19. Закаливание ребенка в семье.
20. Факторы, влияющие на здоровье субъектов образовательного процесса.
21. Краткий анализ систем закаливания.
22. Профессиональное здоровье педагога.
23. Мониторинг здоровья участников образовательного процесса.
24. Санитарно-эпидемиологические требования к организации образовательного процесса в ДОО.
25. Оптимальный двигательный режим дошкольников.
26. Формирование основ безопасности жизнедеятельности дошкольников.

### **Критерии оценки доклада, сообщения, реферата:**

Отметка **«отлично»** за письменную работу, реферат, сообщение ставится, если изложенный в докладе материал:

- отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;
- четко структурирован, с выделением основных моментов;
- доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка **«хорошо»** ставится, если изложенный в докладе материал:

- характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;
- доклад длинный, не вполне четкий;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка **«удовлетворительно»** ставится, если изложенный в докладе материал:

- недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;
- докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по теме доклада не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка **«неудовлетворительно»** ставится, если:

- доклад не сделан;
- докладчик не ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

### **7.2.2. Примерные вопросы к промежуточной аттестации (зачет)**

1. Проблемы здоровья субъектов образовательного процесса
2. Школьные факторы, влияющие на здоровье обучающихся
3. Мониторинг здоровья детей и подростков в условиях образовательного учреждения.
4. Система диагностических и профилактических мероприятий оздоровительной направленности. Организация взаимодействия педагогов и медиков с целью формирования здоровьесберегающей среды образовательного учреждения.
5. Требования к предметно-пространственной составляющей образовательной среды для её оздоровления и психологической безопасности.
6. Нормативно-методическое сопровождение педагогики здоровья. Требования, регламентирующие различные стороны организации пребывания детей в образовательном учреждении.

7. Методика организации мероприятий, нацеленных на мотивацию детей к здоровому образу жизни.
8. Приемы здоровьестроительного практикума для школьников.
9. Использование в работе педагога знаний о закономерностях динамики
10. работоспособности и утомляемости. Профилактика детского утомления и переутомления.
11. Понятие о режиме дня детей и подростков. Грамотное чередование видов
12. трудоемкой деятельности и отдыха. Приемы релаксации и мобилизации для использования в организации учебной деятельности.
13. Нормирование учебной нагрузки для формирования здоровья детей.
14. Рациональная организация учебного труда и отдыха.
15. Здоровье учащихся как социальная и общепедагогическая ценность
16. Социокультурные, профессиональные и личностные факторы, влияющие на здоровье педагога.
17. Проблемы со здоровьем педагогов. Профессионально обусловленные психосоматические деформации. Эмоциональное выгорание как проблема здоровья педагогов.
18. Понятие о психосоматической целостности человека. Понятие о стрессе и дистрессе. Способы обеспечения психологической безопасности детей в образовательном учреждении.
19. Стиль педагогического общения как основа психологически комфортной здоровьесберегающей среды образовательного учреждения.
20. Роль спортивно-оздоровительных мероприятий в системе здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения.
21. Условия для реализации двигательной активности детей и подростков. Способы организации двигательной активности детей в течение учебного дня. Зарядка. Подвижные игры (в том числе на воздухе). Динамические паузы на уроке.
22. Актуальные проблемы школьного питания. Реформирование системы школьного питания в России
23. Исследование зарубежного опыта организации централизованного и иного питания детей в образовательных учреждениях.
24. Полноценное питание ребенка. Мероприятия по профилактике неправильного и недостаточного питания детей и подростков.
25. Вредные привычки. Факторы, определяющие их возникновение. Оценка последствий для здоровья.
26. Профилактика пагубных пристрастий и зависимостей в образовательных учреждениях.
27. Методика организации мероприятий, нацеленных на мотивацию детей к здоровому образу жизни.
28. Механизмы взаимодействия учреждений образования, культуры, спорта и родительской общественности для решения задач по сохранению и укреплению здоровья детей.
29. Организация и координация образовательным учреждением взаимодействия представителей социума, направленного на воспитание здорового подрастающего поколения.
30. Профилактика табакокурения. Способы информирования о тяжелых последствиях курения для здоровья. Приемы вовлечения в активную борьбу с курением, помощь и реабилитацию курильщиков.
31. Профилактика алкоголизма. Способы информирования о тяжелых последствиях алкоголизма для здоровья. Приемы вовлечения в активную борьбу с алкоголизмом, помощь и реабилитацию попавших в зависимость.



32. Профилактика нарко- и токсикоманий. Способы информирования о тяжелых последствиях нарко- и токсикоманий для здоровья. Приемы вовлечения в активную борьбу с нарко- и токсикоманиями, помощь и реабилитацию попавших в зависимость.
33. Профилактика игромании и Интернет-зависимости. Способы информирования о тяжелых последствиях игромании и Интернет-зависимости для здоровья и социализации.
34. Приемы вовлечения в активную борьбу с игроманией и Интернетзависимостью, помощь и реабилитацию попавших в зависимость.
35. Методы работы с семьей. Валеологическое просвещение родителей

#### **Критерии оценки устного ответа на вопросы по дисциплине:**

✓ **5 баллов** - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.

✓ **4 - балла** - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

✓ **3 балла** – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определено и последовательно изложить ответ.

✓ **2 балла** – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

#### **7.2.3. Балльно-рейтинговая система оценки знаний обучающихся**

Согласно Положения о балльно-рейтинговой системе оценки знаний баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Контрольная работа» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по

согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Пропуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сумма всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

**Таблица перевода балльно-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания**

| Соотношение часов лекционных и практических занятий                | 0/2 | 1/3  | 1/2  | 2/3 | 1/1 | 3/2 | 2/1  | 3/1  | 2/0 | Соответствие отметки коэффициенту |
|--|-----|------|------|-----|-----|-----|------|------|-----|-----------------------------------|
| Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке | 1,5 | 1,1  | 1,1  | 1,1 | 1,1 | 1,1 | 1,1  | 1,1  | 1,1 | «зачтено»                         |
|  | 1   | 1    | 1    | 1   | 1   | 1   | 1    | 1    | 1   | «удовлетворительно»               |
|  | 2   | 1,75 | 1,65 | 1,6 | 1,5 | 1,4 | 1,35 | 1,25 | -   | «хорошо»                          |
|  | 3   | 2,5  | 2,3  | 2,2 | 2   | 1,8 | 1,7  | 1,5  | -   | «отлично»                         |

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "не зачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

## **8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса**

### **8.1. Основная литература:**

**1. 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 общей редакцией. Е. А. Левановой; Московский педагогический государственный университет. - Москва: МПГУ 2017. - 148 с. - ISBN 978-5-4263-0490-1. URL: <https://znanium.com/catalog/product/1316696>. – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный

**2. Абрамова, Г. С.** Общая психология: учебное пособие / Г.С. Абрамова. - 2-е изд. - Москва: ИНФРА-М, 2020. - 496 с. – ISBN 978-5-16-106254-8. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=353904>.- Режим доступа: по подписке.- Текст: электронный.

**3. Еникеев, М. И.** Общая и социальная психология: учебник / М. И. Еникеев. - Москва: НОРМА, ИНФРА-М, 2018. - 640 с. - ISBN 978-5-91768-086-6 (НОРМА), ISBN 978-5-16-004118-6 (ИНФРА-М). -URL: <https://znanium.com/read?id=372753>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.- Текст: электронный.

**4. Левитес Д. Г.** Педагогические технологии: учебник / Д. Г. Левитес. – Москва: ИНФРА-М, 2019. - 403 с. - (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-011928-1. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1027031>. - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

### **8.2 дополнительная учебная литература**

**1. Рослякова Н. И.** Педагогические технологии формирования профессиональной индивидуальности педагога дошкольного образовательного учреждения: учебное пособие / Н. И. Рослякова. - Москва : ИНФРА-М, 2019. - 146 с. - ISBN 978-5-16-108038-2. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1044679>. – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

**2. Шарипов Ф. В.** Педагогические технологии дистанционного обучения: учебное пособие / Ф. В. Шарипов, В. Д. Ушаков. - Москва: Университетская книга, 2020. - 304 с. - ISBN 978-5-98699-183-2. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1213108>. – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

## **9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)**

| Вид учебных | Организация деятельности студента |
|-------------|-----------------------------------|
|-------------|-----------------------------------|

| занятий   |  |
|---|--|
| <b>Лекция</b>                                     | Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросы, терминов, материала, вызывающего трудности. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. |
| <b>Практические занятия</b>                       | Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом  |
| <b>Лабораторные занятия</b>                       | Выполнение творческих заданий, работа в протогониристических сеансах   |
| <b>Контрольная работа/ индивидуальные задания</b> | Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.   |
| <b>Реферат</b>                                    | Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.  |
| <b>Коллоквиум</b>                                 | Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.  |
| <b>Самостоятельная работа</b>                     | Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации.   |
| <b>Подготовка к отчетности</b>                    | При подготовке к сдаче отчетности необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.   |

## 10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

### 10.1. Общесистемные требования

#### *Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»*

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) Университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории Университета, так и вне ее.

Функционирование ЭИОС обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование ЭИОС соответствует законодательству Российской Федерации.

Адрес официального сайта университета: <http://kchgu.ru>.

Адрес размещения ЭИОС ФГБОУ ВО «КЧГУ»: <https://do.kchgu.ru>.

| Учебный год           | Наименование документа с указанием реквизитов   | Срок действия документа            |
|-----------------------|---|------------------------------------|
| 2025-2026 учебный год | Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 249 эбс от 14.05.2025 г.<br>Электронный адрес: <a href="https://znanium.com">https://znanium.com</a>                             | от 14.05.2025г.<br>до 14.05.2026г. |
| 2025-2026 учебный год | Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 10 от 11.02.2025 г.<br>Электронный адрес: <a href="https://e.lanbook.com">https://e.lanbook.com</a>                                     | от 11.02.2025г.<br>до 11.02.2026г. |
| 2025-2026 учебный год | Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1.<br>Электронный адрес: <a href="http://lib.kchgu.ru">http://lib.kchgu.ru</a> | Бессрочный                         |
| 2025-2026 учебный год | Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22. 02. 2023 г.<br>Электронный адрес: <a href="http://rusneb.ru">http://rusneb.ru</a>                               | Бессрочный                         |
| 2025-2026 учебный год | Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г.<br>Электронный адрес: <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>                   | Бессрочный                         |
| 2025-2026 учебный год | Электронный ресурс Polpred.comОбзор СМИ. Соглашение. Бесплатно.<br>Электронный адрес: <a href="http://polpred.com">http://polpred.com</a>   | Бессрочный                         |

## **10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины**

При необходимости для проведения занятий используется аудитория, оборудованная компьютером с доступом к сети Интернет с установленным на нем необходимым программным обеспечением и браузером, проектор (интерактивная доска) для демонстрации презентаций и мультимедийного материала. В соответствии с содержанием лекционных, практических (лабораторных) занятий при их проведении используется аудитория, рабочие места обучающихся в которой оснащены компьютерной техникой, имеют широкополосный доступ в сеть Интернет и программное обеспечение, соответствующее решаемым задачам. Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, для организации и проведения практической деятельности, научно-исследовательской работы используется **учебная аудитория №403, учебный корпус №4.**

*Специализированная мебель:* столы ученические, стулья, стол-тумба, трибуна, доска меловая, шкаф платяной.

*Технические средства обучения:*

- интерактивный экран с форматом экрана GL 258НМ;
- ноутбук Асер с подключением к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

### ***10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения***

1. Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная.
2. Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная.
3. ABBY Fine Reader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная.
4. Calculate Linux (внесён в ЕРПИ Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная.
5. Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная.
6. Kaspersky Endpoint Security. Договор №0379400000325000001/1 от 28.02.2025г. Срок действия лицензии с 27.02.2025г. по 07.03.2027г.

### ***10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы***

#### **Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

1. Федеральный портал «Российское образование»- <https://edu.ru/documents/>
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru/>
3. Базы данных Scopus издательства Elsevir<http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <http://fgosvo.ru>.
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – <http://edu.ru>.
6. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru>.
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – <http://window/edu.ru>.

### **11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В ФГБОУ ВО «Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева» созданы условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Специальные условия для получения образования по ОПВО обучающимися с ограниченными возможностями здоровья определены «Положением об обучении лиц с ОВЗ в КЧГУ», размещенным на сайте Университета по адресу: <http://kchgu.ru>.

## 12. Лист регистрации изменений

| Изменение | Дата и номер протокола ученого совета факультета/института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений | Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения в ОП ВО | Дата введения изменений |
|-----------|--|--|-------------------------|
|           |  |  |                         |