

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Алтайский государственный педагогический университет»
Бийский филиал им. В.М. Шукшина

Институт педагогики и психологии
Кафедра педагогики и психологии



Утверждено
Директор Бийского филиала
им. В.М. Шукшина АлтГПУ
И.В. Гаврутенко
2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.06.02 ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ
В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА

Направление подготовки	44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Профиль подготовки	Психология образования
Квалификация	бакалавр
Форма обучения	очная

Составитель:
канд. психол. наук, доцент
кафедры педагогики и психологии

Е.В. Жихарева

Бийск 2026

РЕКОМЕНДОВАНА К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ

На заседании кафедры педагогики и психологии

(протокол № 6 от 25.02.2026)

Заведующий кафедрой
педагогики и психологии



_____ Е.Б. Манузина

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Одной из важнейших задач современного образования является развитие культуры здоровья подрастающего поколения, повышение валеологической грамотности, формирование активной позиции воспитанников в созидании вокруг себя экологически здоровой среды обитания и в самосозидании (здоровьетворчестве и жизнетворчестве). Но не менее важно научить детей собственному здоровьетворению, привить культуру здравотворческого поведения, самосозидания и оздоровления окружающей предметно-пространственной, природной, социальной и ментальной среды.

Сфера профессиональной деятельности учителя расширяется, он выполняет функции и педагога-валеолога, преподавателя уроков здоровья (причем, здоровье трактуется очень широко: от здоровья физического до интеллектуального, личностно-творческого и духовно-нравственного).

Цель дисциплины: сформировать у обучающихся систему профессиональных знаний и практических умений по реализации здоровьесберегающих технологий в системе общего образования, формированию здорового образа жизни, созданию экологически здоровой среды обитания.

Задачи:

- сформировать представление о концепции индивидуального здоровья человека и здорового образа жизни;
- охарактеризовать здоровьесберегающие технологии в обучении школьников в условиях современного образования;
- рассмотреть теоретико-методологические основы внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс, методику их реализации;
- развивать умения самопознания и самодиагностики, стремление к саморазвитию и самосовершенствованию – креативному преобразованию себя и окружающего мира;
- создать условия для воспитания обучающегося как профессионала, способного к противодействию негативных явлений в молодежной среде.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности педагога» относится к обязательным дисциплинам вариативной части профессионального цикла.

Для освоения дисциплины обучающиеся используют знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения курса «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Безопасность жизнедеятельности».

Освоение дисциплины является необходимой базой для изучения дисциплин: «Валеология», «Безопасность жизнедеятельности» и прохождения педагогической практики.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ПК-5 - способен использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства.

Наименование и код индикаторов достижения компетенций:

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

ПК-5.1 - знать здоровьесберегающие технологии профессиональной деятельности, виды рисков и опасностей социальной среды и образовательного пространства (З.1).

Уметь:

ПК-5.2 - уметь использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывая риски и опасности социальной среды и образовательного пространства (У.1).

Владеть:

ПК-5.3 - владеть навыками использования здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности (В.1).

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего	семестр
Аудиторные занятия (всего)	26	1
В том числе:		
Лекции (Л)	10	
Практические занятия (ПЗ)	16	
Лабораторные работы (ЛР)	-	
Самостоятельная работа (всего)	46	1
В том числе:		
Реферат	6	
Эссе	7	
Доклады	7	
Конспекты мероприятий	10	
Выполнение творческих работ	10	
Презентации	6	
Вид промежуточной аттестации	зачет	1
Общая трудоемкость	часы	1
	зачетные единицы	2

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Содержание разделов (модулей) дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
Раздел № 1. Оздоровительные технологии		
1	Современные концепции здоровья и здорового образа жизни	Феномен здоровья человека: подходы, компоненты, факторы. Здоровый образ жизни: подходы, градации, категории, принципы, компоненты. Внутренняя картина здоровья человека. Индивидуальное здоровьесотворение. Законодательная база охраны здоровья взрослого населения, детей и подростков (в том числе в рамках образовательных учреждений). Компоненты здоровьесберегающего подхода к обучению и принципы их реализации.
2	Биологическая природа цветооздоровления. Музыкотерапия и ароматерапия. Оздоровительные гимнастики.	История Ра-терапии (лечение цветами радуги). Физиологическое и психоэмоциональное воздействие цвета на организм человека. Современные процедуры цветооздоровления. Теория и практика цветооздоровления в создании интерьера учебных помещений (<i>лекция-визуализация</i>). Методика индивидуального цветотестирования. Лечебное воздействие музыки на самочувствие человека. «Экологическая музыка», ее использование при релаксации и проведении оздоровительных процедур. История аромакультуры, физиологическое обоснование, уровни воздействия. Принципы и средства музыкотерапии и ароматерапии, возможности использования в образовательном учреждении Оздоровительные гимнастики и лечебная физкультура. Дыхательно-координационные упражнения, зрительная гимнастика (офтальмологические тренажеры) для школьников. Игровая лечебная физкультура в среднем звене школы Су-джок-терапия – методика рефлексогенного воздействия. Учет межполушарной асимметрии головного мозга в условиях учебно-воспитательного процесса. Возрастная динамика функциональной асимметрии полушарий. Учет

		функциональной межполушарной асимметрии головного мозга в условиях учебно-воспитательного процесса. Кинезиологические упражнения мелкой моторики рук и их влияние на здоровье детей. Гимнастика на согласованную деятельность полушарий для школьников. Составление комплексной оздоровительной программы для учащихся среднего звена школы.
Раздел № 2. Технологии организации здоровьесберегающей деятельности		
3	Проектная технология в организации здоровьесберегающей деятельности учащихся	Сущность проектной технологии: структура, классификация, функциональные категории и принципы. Возможности использования проектной технологии в организации валеологической работы в средней школе. Комплекс диагностических методик в проектной технологии валеологического содержания. Планирование и реализация исследовательских проектов валеологического содержания.
4	Технология валеологического мониторинга	Валеологическая служба в школе: концепция и направления деятельности. Валеологический мониторинг: объекты, методы работы и анализа данных. Основные направления мониторинга: «индивидуальный паспорт здоровья», «валеологический портрет школы» и пр. Организация исследовательской работы учащихся средней школы в рамках валеологического мониторинга. Составление индивидуальной валеологической карты – «паспорта здоровья».
5	Театральная педагогика в организации здоровьесберегающей деятельности учащихся	Воздействие театральной педагогики на процесс здоровьесбережения ребенка. Сказкотворчество в театральной педагогике. Методика использования театрализации в учебно-воспитательном процессе средней школы. Методические особенности составления сценариев валеологических спектаклей. Тренинговые упражнения и драматизация валеологического содержания. Составление комплексной программы организации здоровьесберегающей деятельности школьников.

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практ. занятия	СРС	ЭД	Использование интерактивных форм, технологий (час.)			Всего
1	Современные концепции здоровья и здорового образа жизни	2	2	10	2				14
2	Биологическая природа цветооздоровления. Музыкотерапия и ароматерапия. Оздоровительные гимнастики.	2	2	10	6	Интерактивная лекция (2ч.)			14
3	Проектная технология в организации здоровьесберегающей деятельности учащихся	2	4	10	6	Интерактивная лекция (2ч.)			16
4	Технология валеологического мониторинга	2	4	10	14				16
5	Театральная педагогика в организации здоровьесберегающей деятельности учащихся	2	4	6		Семинар-круглый стол (2ч.)			10
	Итого	10	16	46					72
	В том числе использование интерактивных форм, технологий					Лек.	Пр.	6	
						4	2		

6. ЛАБОРАТОРНЫЙ ПРАКТИКУМ

Не предусмотрен.

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ ПРОЕКТОВ (РАБОТ)

«Курсовой проект (работа) учебным планом не предусмотрены»

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Айдаркин Е.К. Возрастные основы здоровья и здоровьесберегающие образовательные технологии [Электронный ресурс] / Айдаркин Е.К., Иваницкая Л.Н. - Электрон. текстовые данные. - Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2008. - 176 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/47035.html>
2. Семикин Г.И. Здоровьесберегающие технологии и профилактика девиантного поведения в образовательной среде [Электронный ресурс]: учебное пособие / Семикин Г.И., Мысина Г.А., Миронов А.С. - Электрон. текстовые данные. - Москва: Московский государственный технический университет имени Н.Э. Баумана, 2013. - 84 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/31402.html>
3. Цибульникова В.Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании [Электронный ресурс]: учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов/ Цибульникова В.Е., Леванова Е.А. - Электрон. текстовые данные. - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2017. - 148 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/75815.html>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Абаскалова, Н.П. Здоровьеориентированные педагогические технологии в системе непрерывного образования [Электронный ресурс] : (на примере метода проектов) : монография по проблеме сохранения здоровья / Н. П. Абаскалова, А. Ю. Зверкова. - Электрон. текстовые дан. - Новосибирск : Сибпринт, 2013. - 160 с. - Режим доступа: <http://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/438326/>.
2. Колмогорова, Л.С. Психологическое здоровье и психологическая культура школьников [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л. С. Колмогорова, О. Г. Холодкова. - Электрон. текстовые дан. - Барнаул : Алтайская гос. педагогическая академия, 2012. - 293 с. - Режим доступа: <http://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/438479/>
4. Митяева, А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии [Текст] : учебное пособие для студентов высшего профессионального образования / А. М. Митяева. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2012. - 208 с. - (Высшее профессиональное образование. Педагогическое образование) (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 197 - 200.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Организация самостоятельной работы студентов в учреждении высшего образования [Текст] : методические рекомендации / Сост. Е.Б. Манузина, Е.Э. Норина; Алтайская гос. Академия обр-я им. В.М. Шукшина. – Бийск: ФГБОУ ВПО «АГАО», 2014. – 84с.

БАЗЫ ДАННЫХ, ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫЕ И ПОИСКОВЫЕ СИСТЕМЫ

Ресурсы Интернет:

законодательные акты о сохранении здоровья: base.consultant.ru

Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010 № 06-499 «О проведении мониторинга физического развития обучающихся».

Письмо Минобрнауки России от 12.04.2012 № 06-731 «О формировании культуры здорового питания обучающихся, воспитанников».

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 17.04.2003 № 51 (ред. от 28.06.2010) «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.7/1.1.1286-03» (вместе с «СанПиН 2.4.7/1.1.1286-03. 2.4.7. Гигиена детей и подростков»).

Приказ Минобрнауки РФ от 15.05.2000 № 1418 «Об утверждении Примерного положения о Центре содействия укреплению здоровья обучающихся, воспитанников образовательного учреждения».

Приказ Минздрава России от 05.11.2013 № 822н «Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи несовершеннолетним, в том числе в период обучения и воспитания в образовательных организациях» (Зарегистрировано в Минюсте России 17.01.2014 № 31045).

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».

Всемирная организация здравоохранения: who.org.

ароматерапия: aromarti.ru; inflora.ru

цветотерапия: zvetoterapia.ru; lechipechen.narod.ru; moikompas.ru; doktorland.ru; silasveta.ru

музыкотерапия: altmedic.ru; biblios.newgoo.net; svetan.ru

су-джок: biopulse.org; zdravuschka.ru; kimdao.ru; acupuncture-ru.; nextohm.com

зрительная гимнастика: nsportal.ru; active-mama.com; glazkisd1125.ru

дыхательная гимнастика: strelnikova.ru; 7gy.ru; nawideti.info

кинезиология: tiensmed.ru; kineziolog.ru; feetfly.ru

энциклопедии: polnaja-jenciklopedija.ru; biofile.ru; ru.science.wikia.com; megabook.ru;

ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№	Наименование программы	№ лицензии/договора/соглашения	Ауд.
	Программное обеспечение, установленное на компьютерах кабинетов аудиторного фонда		
1.	Microsoft Windows7 PRO, XP	44718194, 46260298, 47775091, 49140065, 61075650	2-219
2.	Microsoft Office7 Pro	44039700, 44811748	2-219
3.	ОС Windows 10PRO / PQR OEM	Контракт №19/5-ЭА от 18.11.2019 (Поставка программно-аппаратного комплекса Студент)	2-218, 2-214
4.	Microsoft Office - 2019 (коробочная версия)	Договор пожертвования от 04.03.2020	2-218, 2-214
5.	Антивирус Касперского	Сублицензионный договор №НФ-01790 от 18.11.2021 Лицензия № 13С8-211202-101816-130-2739 (113), Сублицензионный договор №СЦ-00000310 от 01.03.2022 Лицензия № 26FE-220305-102626-1-2263 (370)	На всех ПК
6.	Модульная информационная система «Шахты»	Договор № 9108 ООО «Лаборатория ММИС» от 14.03.2022г; Акт оказания услуг № 9108.	Кафедра, дирекция
7.	Автоматизированная библиотечная информационная система «Ирбис»	Договор №128/29-02-12 от 29.02.2012г.; Договор №С 2-05-11 от 12.05.2012г.; Договор № С 4-06-14, от 17 июня 2014г. (ФГБОУ ВПО "Омский государственный технический университет")	Библиотека, читальный зал
8.	Консультант Плюс	Договор №1127 от 30.12.2021г ООО «Юркомп»	2-218, 2-214, 2-219, 3-126
9.	Movavi Video Editor Academic Edition 2020	Лицензионный договор на использование программного обеспечения от 26.02.2021г.	2-218, 2- 214

10.	Movavi Photo Editor 6	Лицензионный договор на использование программного обеспечения от 26.02.2021г.	2-218, 2-214
11.	ПАК NITRINO	Контракт №19/5-ЭА от 18.11.2019 (Поставка программно-аппаратного комплекса Студент)	2-218, 2-214
12.	Механика. Электродинамика - Живая статистика 1.05 (наглядный анализ данных) - ЛогоМиры 3.0 (сборник методических материалов) - ЛогоМры. Вероятности - Живая математика 5.0 (виртуальный конструктор по математике) Живая физика 4.3 (виртуальный конструктор) Виртуальные лаборатории - Электричество и магнетизм. Оптика и волны. Виртуальные лаборатории по физике - ЕНКА Учим английские слова - УМК Русский язык. Освоение клавиатуры (серия Клавиатурное письмо) - Русский язык. Электронный тренажер по орфографии, пунктуации и развитию речи (5-11 классы)	Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998314 Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998317 Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998315 Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998316 Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998320 Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998318 Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199837 Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199836 Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199833 Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998321	3-126
13.	Astra Linux Special Edition LibreOffice (текстовый редактор, табличный редактор, программа подготовки презентаций, механизм подключения к внешним СУБД, векторный графический редактор, редактор формул) <i>Редактор растровой графики</i> GIMP v2.8.14 <i>Воспроизведение мультимедиа</i> alsa v1.0.25 VLC v2.2.2	Лицензионный договор № РБТ-14/1617-01-ВУЗ на предоставление права использования программы для ЭВМ от 09.11.2017г.	2-218, 2- 214
14.	СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам: Adobe Flash Player, Adobe Reader, 7-Zip, AIMP3, Foxit Reader, Google Chrome, K-Lite Codec Pack, Mozilla Firefox, Ashampoo Burning Studio 6 FREE, Far Manager, Open Office 4, FileZilla, GIMP, Blender, WinDjView, Inkscape, InternetCensor, Non Visual Desktop Access (NVDA), Айрен v2.3- редактор тестов, LibreOffice		
Программное обеспечение, установленное на компьютерах Педагогического технопарка «Кванториум им. К.Д. Ушинского»			
15.	ПО Microsoft Win 10 Professional 32/64 bit SP2 Only USB RS Box	Контракт 14/1 от 03.12 21 ООО «Парус Плюс»	1-102, 1-307
16.	Microsoft Office - 2019 (коробочная версия)	Договор пожертвования от 06.05.2022	1-102, 1-307
17.	Презентационное оборудование ПАК ТелеВидеоДата, ВидеоДистант ПО Microsoft Win 10 Professional	Контракт 8-ЭА от 27.09.21 ООО «ТСН-Сиб»	103
18.	Учебно-исследовательские лаборатории биосигналов и нейротехнологий ПО BiTronies Studio 5.1.10	Контракт 5-ЭА от 23.09.21 ООО «Спецкомплект»	1-102, 1-111

19.	ПАК NITRINO	Контракт №55-ЭА от 30.11.2021 ООО «Парус Плюс»	1-102, 1-307
20.	Антивирус Касперского	Сублицензионный договор №НФ-01790 от 18.11.2021 Лицензия № 13С8-211202-101816-130-2739 (113), Сублицензионный договор №СП-00000310 от 01.03.2022 Лицензия № 26FE-220305-102626-1-2263 (370)	На всех ПК
21.	Консультант Плюс	Договор №1127 от 30.12.2021г ООО «Юркомп»	На всех ПК
22.	СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам: Adobe Reader, 7-Zip, Google Chrome, Far Manager, Libre Office		
Программное обеспечение, установленное на компьютерах Технопарка универсальных педагогических компетенций			
23.	ПО Microsoft Win 10 Professional 32/64 bit SP2 Only USB RS Box	Контракт 14/1 от 03.12 21 ООО «Парус Плюс»	1-102, 1-307,
24.	Microsoft Office - 2019 (коробочная версия)	Договор пожертвования 06.05.2022	1-102, 1-307
25.	Программно-аппаратный комплекс топографического изучения строения организма ПО 3datlas	Контракт 12-ЭА от 18.10.21 ООО «Научные приборы и системы»	1-167
26.	Профессиональные оптические приборы ПО TouP Cam	Контракт 14-ЭА от 18.10.21 ООО «Научные приборы и системы»	1-167
27.	Интерактивный комплекс с вычислительным блоком и мобильным креплением ПО Ikar Notebook	Контракт 29-ЭА от 12.11.21 ООО «РуДисплейс»	1-111, 1-102, 1-167, 1-321, 1-414
28.	Интерактивный стол IRBIS ПО Microsoft Win 10 Professional	Контракт 44-ЭА от 22.11.21 ООО «Технологии инновации»	1-416
29.	Мультимедийная интерактивная трибуна	Контракт 45-ЭА от 22.11.21 ООО «Интерсенс»	Конференц зал
30.	Интерактивный комплекс с вычислительным блоком и мобильным креплением ПО Хранители знаний	Контракт 35-ЭА от 10.11.21 ИП Куимов Алексей Анатольевич	1-240
31.	ПАК NITRINO	Контракт №55-ЭА от 30.11.2021 ООО «Парус Плюс»	1-102, 1-307
32.	Операционная система РЭД ОС Муром 7.3.1	Соглашение № 441/11-21У от 30.11.21г. ООО «Ред Софт» Акт приема передачи прав 06.12.2021г. Соглашение о конфиденциальности №440/11-21К	1-102, 1-307
33.	Антивирус Касперского	Сублицензионный договор №НФ-01790 от 18.11.2021 Лицензия № 13С8-211202-101816-130-2739 (113), Сублицензионный договор №СП-00000310 от 01.03.2022 Лицензия № 26FE-220305-102626-1-2263 (370)	На всех ПК
34.	Консультант Плюс	Договор №1127 от 30.12.2021г ООО «Юркомп»	На всех ПК
35.	СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам: Adobe Reader, 7-Zip, Google Chrome, Far Manager, Libre Office		

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается)
--	--

	наименование организации, с которой заключен договор)
УЧЕБНЫЕ АУДИТОРИИ: МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КАБИНЕТОВ	
Ауд. 212 Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации Специализированная мебель. Технические средства обучения: наличие подключения к сети Интернет, переносное оборудование	Российская Федерация, 659333, Алтайский край, г. Бийск, ул. Владимира Короленко, д. 53
Ауд. 213 Мастерская группового проектирования Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации Специализированная мебель. Технические средства обучения: Компьютер для преподавателя, проектор, доска для проектора, наличие подключения к сети Интернет, переносное оборудование. <i>Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа</i> <i>Операционная система Astra Linux Special Edition релиз СМОЛЕНСК Офисный пакет Р7-офис.</i> <i>Профессиональный (десктоповая версия) Обучающий контент по естественным наукам биологии, химии и физике для ученика/преподавателя</i> Microsoft Windows7 PRO № лицензии 47775091, Microsoft Office7 Pro № лицензии 44811748 Антивирус Касперского СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам: Adobe Flash Player, Adobe Reader, 7-Zip, AIMP3, Foxit Reader, Google Chrome, K-Lite Codec Pack, Mozilla Firefox, Ashampoo Burning Studio 6 FREE, Far Manager, Open Office 4, FileZilla, GIMP, Blender, WinDjView, Inkscape, InternetCensor, Non Vigual Desktop Access (NVDA), Айрен v2.3–редактор тестов, LibreOffice	Российская Федерация, 659333, Алтайский край, г. Бийск, ул. Владимира Короленко, д. 53
Ауд. 229 Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации Специализированная мебель. Технические средства обучения: компьютеры, наличие подключения к сети Интернет, переносное оборудование. <i>Перечень лицензионного программного обеспечения.</i> OC Windows 10PRO /PQR OEM Microsoft Office - 2019 Антивирус Касперского Консультант Плюс Movavi Video Editor Academic Edition 2020 Movavi Photo Editor 6 Astra Linux Special Edition LibreOffice (текстовый редактор, табличный редактор, программа подготовки презентаций, механизм подключения к внешним СУБД, векторный графический редактор, редактор формул) <i>Редактор растровой графики</i> GIMP v2.8.14 <i>Воспроизведение мультимедиа</i> СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам: Adobe Flash Player, Adobe Reader, 7-Zip, Google Chrome, K-Lite Open Office 4, Inkscape	Российская Федерация, 659333, Алтайский край, г. Бийск, ул. Владимира Короленко, д. 53
Ауд. 235 Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации Специализированная мебель. Технические средства обучения: интерактивная панель с вычислительным блоком Товарный знак: ИКАР, Мобильный учебный класс (24 ноутбука с тележкой для хранения и подзарядки) наличие подключения к сети Интернет. <i>Перечень лицензионного программного обеспечения.</i> <i>Интерактивный комплекс с вычислительным блоком и мобильным креплением ПО Икар</i> <i>Операционная система Astra Linux Special Edition релиз СМОЛЕНСК Офисный пакет Р7-офис.</i> <i>Профессиональный (десктоповая версия)</i> Антивирус Касперского СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам: Adobe Flash Player, Adobe Reader, 7-Zip, AIMP3, Google Chrome, Open Office 4, Inkscape	Российская Федерация, 659333, Алтайский край, г. Бийск, ул. Владимира Короленко, д. 53
Ауд. 239 Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации Специализированная мебель. Технические средства обучения: мобильный программно-аппаратный комплекс ноутбук Acer Nitro5 AN ноутбуки <i>Перечень лицензионного программного обеспечения.</i> Операционная система OC Windows 10PRO Интерактивный комплекс с вычислительным блоком и мобильным креплением ПО Хранители знаний	Российская Федерация, 659333, Алтайский край, г. Бийск, ул. Владимира Короленко, д. 53

Детский развивающий интерактивный программный комплекс <i>Антивирус Касперского</i> СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам: Adobe Flash Player, Adobe Reader, 7-Zip, Google Chrome, Open Office 4, FileZilla, GIMP, Blender, WinDjView, Inkscape.	
Ауд. 240 Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации Специализированная мебель. Технические средства обучения: мобильный программно-аппаратный комплекс ноутбук Acer Nitro5 AN <i>ноутбуки</i> <i>Перечень лицензионного программного обеспечения.</i> Операционная система ОС Windows 10PRO Антивирус Касперского СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам: Adobe Flash Player, Adobe Reader, 7-Zip, Google Chrome, Open Office 4, FileZilla, GIMP, Blender, WinDjView, Inkscape.	Российская Федерация, 659333, Алтайский край, г. Бийск, ул. Владимира Короленко, д. 53
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ТЕХНОПАРК «КВАНТОРИУМ ИМ. К.Д. УШИНСКОГО» МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КАБИНЕТОВ	
Ауд. 1-102 Кабинет для проведения занятий технологической направленности Комплект учебной мебели. Технические средства: интерактивный комплекс с вычислительным блоком и мобильным креплением, ноутбук, образовательный конструктор с комплектом датчиков, образовательный набор по механике, мехатронике и робототехнике (6 комплектов), образовательный набор по электронике, электромеханике и микропроцессорной технике, образовательный набор для изучения многокомпонентных робототехнических систем и манипуляционных роботов, комплект для изучения операционных систем реального времени и систем управления автономных мобильных роботов, четырёхосевой учебный робот-манипулятор с модульными сменными насадками, комплект полей и соревновательных элементов, образовательный модуль для углубленного изучения механики, мехатроники и САУ, лаборатория исследования окружающей среды, альтернативных источников энергии, материалов и инженерных конструкций, автономный робот манипулятор с колесами всенаправленного движения, базовый робототехнический набор, ресурсный робототехнический набор, датчик цвета базового робототехнического набора, ультразвуковой датчик базового робототехнического набора, зарядное устройство, образовательный набор по изучению технологий реверсивного инжиниринга, образовательный набор по изучению аддитивных технологий и быстрого прототипирования, станок лазерной резки с числовым программным управлением и системой фильтрации воздуха. <i>Перечень лицензионного программного обеспечения.</i> ПО Microsoft Win 10 Professional Microsoft Office - 2019 Цифровые лаборатории по физике, химии, биологии ПО Releon Camera 1.1, Releon Lite 3.63 Оборудование технологического профиля (Роботы, 3d сканер, 3d принтер) Учебно-исследовательские лаборатории биосигналов и нейротехнологий ПО BiTronies Studio 5.1.10 Цифровые микроскопы ПО TouP Cam Интерактивный комплекс с вычислительным блоком и мобильным креплением ПО Ikar ПАК NITRINO Станок лазерной резки с ЧПУ и системой фильтрации воздуха (облачный режим www.gweikecloud.com) Антивирус Касперского СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам: Adobe Reader, 7-Zip, Google Chrome, Far Manager, Libre Office	Российская Федерация, 659333, Алтайский край, г. Бийск, ул. Владимира Короленко, д. 53
ПОМЕЩЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КАБИНЕТОВ	
Ауд. 335 Читальный зал аудитория для самостоятельной работы Специализированная мебель. Технические средства обучения: моноблоки, многофункциональное устройство «Pantum», специализированное рабочее место «ЭлНот300»: ноутбук с программным обеспечением для незрячих и слабовидящих людей (программа экранного доступа для незрячих и слабовидящих, экранный увеличитель и программа для создания, хранения и управления текстовыми и голосовыми заметками). Voco Professional: гарнитураJabra с Windows- приложением для преобразования речи в текст, читающая машина Eye-Pal Vision? Электронный ручной видео-увеличитель Rudy. Специальное устройство для чтения «говорящих книг» (тифлофлешплеер) «Victor Reader Stream» Специализированное программное обеспечение для создания цифровых гворящих книг в формате DAISY «Easy Converter» <i>Перечень лицензионного программного обеспечения.</i> Автоматизированная библиотечная информационная система «Ирбис» Антивирус Касперского Консультант Плюс	Российская Федерация, 659333, Алтайский край, г. Бийск, ул. Владимира Короленко, д. 53

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Методические рекомендации по дисциплине для преподавателей

В предлагаемом курсе рассматриваются технологии организации здоровьесберегающей деятельности учащихся в общеобразовательной школе в креативном контексте. Результатом является формирование профессиональных умений, а именно:

- применение в педагогической деятельности концептуальных основ здоровьесбережения и здорового образа жизни;
- внедрение и адаптация креативных технологий организации валеологической деятельности учащихся с учетом особенностей конкретной образовательной среды;
- использование нестандартного творческого подхода при определении направлений собственной педагогической деятельности, отборе оптимального сочетания форм, методов и приемов при организации валеологической работы с учениками.

Теоретическое и практическое содержание курса направлено на реализацию компетентностного подхода в процессе обучения.

Освоение разделов требует работы по основным понятиям: валеологическое образование, здоровье, креативность, культура здоровья и здоровьесбережения, мониторинг, проектная деятельность, сказкотворчество, театральная педагогика, тренинг и пр. Все предлагаемые обучающимся теоретические и методические материалы направлены на их практическое использование в период прохождения ими педагогической практики.

Обучение строится на использовании таких методов обучения, как интерактивные лекции, работа в малых группах, драматизация, использование образовательных, игровых и тренинговых программ, самонаблюдение, самопознание и самодиагностика, проектная деятельность, тренинги, дискуссии, рефлексия и др. Особое внимание уделяется развитию творческого потенциала студентов (выполнение заданий креативного характера), как обязательного компонента культуры здоровья и здорового образа жизни личности. Внутренний мониторинг освоения программы реализуется посредством контрольных заданий, тестирования.

Раздел № 1. Оздоровительные технологии. Сюда входят темы «Современные концепции здоровья и здорового образа жизни», «Биологическая природа цветооздоровления», «Музыкотерапия и ароматерапия», «Оздоровительные гимнастики». Материал раздела посвящен ознакомлению с концептуальными основами категории здоровья и здорового образа жизни человека, со здоровьесберегающими подходами к обучению детей в условиях современного образования, законодательными документами по сохранению здоровья взрослого и детского населения РФ, в том числе в рамках образовательных учреждений. Идет изучение оздоровительных технологий, направленных на развитие сенсорной системы школьников: музыка-, арома-, цветооздоровление.

На занятиях обучающимся предлагается просмотр и обсуждение обучающих программ по DVD «Ароматерапия», «Зрительная гимнастика», «Су-джок-терапия» и мультимедиа-презентации «Ра-терапия», прослушивание релаксационных мелодий. Обучающиеся выполняют задания по ИЗО в плане индивидуального цветотестирования, разбирают комплексы упражнений игровой лечебной физкультуры и оздоровительных гимнастик для школьников: релаксационной, кинезиологической, дыхательной, зрительной, на согласованную работу полушарий головного мозга. Отрабатывают умения составлять оздоровительные программы для средней школы с использованием изученных здоровьесберегающих технологий.

Раздел № 2. Технологии организации здоровьесберегающей деятельности. Темы «Проектная технология в организации здоровьесберегающей деятельности учащихся», «Технология валеологического мониторинга», «Театральная педагогика в организации здоровьесберегающей деятельности учащихся». Материал раздела предусматривает изучение некоторых оптимальных технологий организации здоровьесберегающей

деятельности школьников с учетом их возрастных особенностей, склада мышления и воображения.

На лекционных занятиях студентам предлагается просмотр и обсуждение мультимедиа-презентации «Реализация валеологических проектов в среднем звене школы», они знакомятся с комплексом диагностических методик, используемых в проектной технологии валеологического содержания.

На практических занятиях организуется выполнение упражнений методик по составлению индивидуального «паспорта здоровья», обучающиеся выполняют тренинговые упражнения по формированию здорового образа жизни и участвуют в драматизации. Также обучающиеся отрабатывают умения составлять комплексной программы организации здоровьесберегающей деятельности школьников (с учетом использования различных технологий).

Методические рекомендации по дисциплине для обучающихся

Работа с учебной и научной книгой

Работа обучающихся с учебной и научной литературой предполагает повторение теоретического и подготовку дополнительного материала к практическим занятиям, поиск комплексов лечебной физкультуры и оздоровительных гимнастик (релаксационная, кинезиологическая, дыхательная, зрительная), используется при выполнении отчетной документации:

- дизайн-проект использования цвета в интерьере учебного кабинета;
- офтальмологический тренажер для школьников и его теоретическое обоснование;
- долгосрочный валеологический проект для учащихся среднего звена школы: проблема, название, цель, задачи, классификация проекта, содержание деятельности по этапам, продукт проекта и форма его защиты, паспорт проектной деятельности, методики оценки достижений учащихся (или на выбор обучающегося: а) мини-сценарий валеологического спектакля, б) упражнения валеологического тренинга);
- комплексная оздоровительная программа для учащихся средней школы (в программе должны быть указаны: месяц, оздоровительные технологии, название занятий, цели занятий, прогнозируемый результат работы);
- комплексная программа организации здоровьесберегающей деятельности школьников на один год обучения (в программе должны быть представлены: месяц, направление здоровьесберегающей деятельности, реализуемые технологии, название мероприятий, цели мероприятий, прогнозируемые результаты).

Подготовка к практическим занятиям

Подготовка к практическим занятиям предполагает повторение лекционного материала, а также нахождение дополнительных сведений по различным источникам. На занятиях организуется выполнение контрольных тестовых заданий.

Раздел № 1. Оздоровительные технологии. Работа на практических занятиях предполагает знакомство с некоторыми комплексами лечебной физкультуры и оздоровительных гимнастик для школьников, с методикой индивидуального цветотестирования, развитие умений составления программ оздоровления детей в условиях образовательных учреждений.

Рекомендуется весь методический материал по здоровьесберегающим технологиям собирать в методическую папку. Он может быть использован в период прохождения педагогической практики.

Тема № 1. Методика индивидуального цветотестирования. Выполнение методик цветотестирования, изобразительная деятельность.

Тема № 2. Оздоровительные гимнастики и лечебная физкультура. Для подготовки к занятию необходимо найти в различных источниках комплексы лечебной физкультуры и оздоровительных гимнастик для школьников и предложить их выполнение в группе. Организуется просмотр обучающей программы на DVD по зрительной гимнастике.

Тема № 3. Су-джок-терапия – методика рефлексогенного воздействия. Работа на занятии предполагает просмотр обучающей программы на DVD и выполнение упражнений с необходимым оборудованием: семена растений, тренажеры «каштаны», «колечки» и пр.

Тема № 4. Учет межполушарной асимметрии головного мозга в условиях учебно-воспитательного процесса. При подготовке к занятию необходимо повторить теоретический материал о межполушарной асимметрии головного мозга из курса психологии. Найти в различных источниках комплексы кинезиологических упражнений и на согласованную деятельность полушарий для школьников и предложить их выполнение в группе.

Тема № 5. Составление комплексной оздоровительной программы для учащихся среднего звена школы. Необходимо продумать и оформить комплексную оздоровительную программу, с учетом изученных оздоровительных технологий, для школьников на один год обучения. В программе должны быть указаны: месяц, оздоровительные технологии, название занятий, цели занятий, прогнозируемый результат работы.

Раздел № 2. Технологии организации здоровьесберегающей деятельности. Работа на практических занятиях ориентирована на знакомство и выполнение методик самонаблюдения и самодиагностики по заполнению индивидуального «паспорта здоровья», развитие умений организовывать тренинги по формированию здорового образа жизни у школьников. Рассматривается здоровьесберегающий эффект театральной педагогики.

Рекомендуется весь методический материал по составлению «паспорта здоровья», проектирования валеологической деятельности школьников, примеры тренинговых упражнений, собственные программы собирать в методическую папку. Он может быть использован в период прохождения педагогической практики.

Тема №6. Составление индивидуальной валеологической карты – «паспорта здоровья». На занятиях необходимо выполнить предлагаемые методики самооценки и самодиагностики, вычислить индексы здоровья и составить программу индивидуального здоровьесотворения. Методики самодиагностики включают оценку:

- соответствия роста и массы тела: индекс Кетле, формула Бернгарда, росто-весовой показатель Брукша, формула идеальной массы тела по Куперу, конституция тела (индекс Пинье), индекс гармонии телосложения, пропорциональность телосложения (индекс Эрисмана, индекс Брукша) и др.;
- характера протекания болезни (стаер, спринтер, микст);
- уровня иммунитета;
- преобладающего биохронотипа («сова», «голубь», «жаворонок»);
- резервов сердечно-сосудистой системы: частота сердечных сокращений, артериальное давление, оценка аппарата внешнего дыхания (задержка дыхания на вдохе и выдохе), оценка резервной мощности системы дыхания (проба Серкина), индекс Руфье;
- уровня двигательной активности;
- индивидуальной функциональной межполушарной асимметрии головного мозга, коэффициента праворукости;
- канала восприятия информации (визуал, аудиал, кинестетик, дигитал); канала восприятия на «входе» и «выходе» информации (выбор оптимального режима обучения);
- индивидуального качества жизни (построение круговой диаграммы «роза моей жизни» и диагностика качества жизни в %);
- значимости (ранга) отношения к здоровью, степени значимости для различных составляющих жизни (жизненных ценностей);
- индекса отношения к здоровью (эмоциональная шкала, познавательная, практическая и шкала поступков), показателя интенсивности отношения к здоровью;
- концепции индивидуального здоровья: «состояние благополучия – это данность, «состояние благополучия завоевывается», «ресурсы – это данность», «способность к развитию»;

- заполнение паспорта здоровья и составление программы индивидуального здоровьесбережения (необходимые в настоящее время здоровьесберегающие мероприятия для всех компонентов здоровья).

Тема № 7. Тренинговые упражнения и драматизация валеологического содержания. На занятии организуется выполнение упражнений психолого-экологического тренинга, психолого-валеологического тренинга «Школа выживания» и по формированию здорового образа жизни школьников. Рассматриваются примеры драматизации учебно-воспитательного процесса, театрализованных игр и упражнений.

Тема № 8. Составление комплексной программы организации здоровьесберегающей деятельности школьников. Необходимо продумать и оформить программу организации здоровьесберегающей деятельности школьников на один год обучения, где будут указаны изученные технологии: проектная, мониторинг, тренинг, драматизация, игровая и пр. В программе должны быть представлены: месяц, направление здоровьесберегающей деятельности, реализуемые технологии, название мероприятий, цели мероприятий, прогнозируемые результаты.

Требования к выставлению итоговой оценки

100-балльная система оценивания автоматически переводится в пятибалльную шкалу в соответствии с действующим на текущий момент Положением о рейтинговой системе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Формой итоговой аттестации по предмету является зачет. Обучающийся допускается к зачету в случае сдачи всей отчетной документации.

11. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Фонд оценочных средств разработан для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности педагога» и входит в состав основной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, профиль Психология образования, реализуемой при подготовке обучающихся в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Алтайский государственный гуманитарно-педагогический университет имени В.М. Шукшина».

Фонд оценочных средств предназначен для проверки сформированности компетенций, заявленных в программе дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности педагога» в соответствии с учебным планом 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, профиль Психология образования (квалификация «бакалавр»).

Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

ПК-5 - способен использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства.

Компетенции, этапы	Показатели	Оценочные средства
ПК-5	Знает: Демонстрирует знание о рисках и опасностях социальной среды и образовательного пространства. Имеет внутреннюю мотивацию к внедрению здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности. Умеет: Демонстрирует интерес к применению здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности. Способен применить методики диагностики рисков и	Тест

	опасностей социальной среды и образовательного пространства. Владеет: Понимает сущность здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности, рисков и опасностей социальной среды и образовательного пространства.	
--	--	--

Компетенция ПК-5 с указанием этапа формирования компетенции в процессе освоения основной образовательной программы

Компетенция ПК-5 - способен использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства.

Контрольные задания (оценочные средства)

Тестовые задания и собеседование на зачете

Категории здоровья и здорового образа жизни

1. Один из подходов к рассмотрению категории здоровья, когда «ядром» здоровья выступают стабильность гомеостаза, адаптивность и саморегуляция:

- а) состояние – процесс
- б) нормативный
- в) системный

2. Указать соответствие компонентов здоровья:

- А – соматическое
- Б – физическое
- В – психоэмоциональное
- Г – социальное
- Д – духовно-нравственное

а) эмоционально-волевая сфера личности, темперамент, самоконтроль – основу составляет общий душевный комфорт

б) генотип, тип конституции, уровень обмена веществ – основу составляет биологическая программа индивидуального развития

в) целевые установки, актуальные потребности, ценности, притязания – комплекс характеристик и потребностно-мотивационной сферы жизнедеятельности

г) уровень роста и развития органов и систем, способность сохранять и использовать свое тело, адаптивность

д) осознание своего пола и позиции в обществе, способность к общению и его качество, связи и ресурсы

3. Факторы здоровья: национальность, пол, индивидуальные генетические особенности роста и развития и травмы (родовые и прижизненные):

- а) эндогенные
- б) экзогенные
- в) абиотические

4. Указать соответствие факторов, определяющих различные проявления здоровья:

- А – потребление
- Б – воспроизводство
- а) социальная активность
- б) семья и быт
- в) состояние репродуктивной системы
- г) вредные привычки
- д) правовые акты по охране материнства и детства

5. Валеологические потребности человека жить и обеспечивать свою жизнь:

- а) идеологические
- б) социальные
- в) витальные

6. Указать соответствие категорий образа жизни:
- А – условия
 - Б – уровень
 - В – качество
 - Г – уклад
 - Д – стиль
 - а) порядок, регламент труда, быта, общественной жизни
 - б) факторы, обуславливающие образ жизни: материальные, культурные, природные, социальные и пр.
 - в) индивидуальные особенности поведения, общения, склада мышления
 - г) размер и структура потребностей
 - д) характеристика условий, в которых осуществляется жизнедеятельность, уровень комфорта
7. Характер проявления здорового образа жизни, когда человек наслаждается его компонентами:
- а) аскетизм
 - б) негативизм
 - в) гедонизм
8. Указать биологические принципы здорового образа жизни. Здоровый образ жизни должен быть:
- а) эстетичным
 - б) возрастным
 - в) ритмичным
 - г) самоограничительным
 - д) обеспечен энергетически
 - е) нравственным
 - ж) волевым
 - з) укрепляющим
9. Структурный компонент внутренней картины здоровья: совокупность усилий, стремлений, конкретных действий здорового человека:
- а) когнитивный
 - б) эмоциональный
 - в) поведенческий
- Ключ: 1. в; 2. А – б, Б – г, В – а, Г – д, Д – в; 3. б; 4. А – а, б, г; Б – в, г, д; 5. в; 6. А – б, Б – г, В – д, Г – а, Д – в; 7. в; 8. б, в, д, з; 9. в.

Сенсорные оздоровительные технологии

1. Рекомендуемая цветовая гамма для интерьера столовой с целью возбуждения аппетита:
- а) серо-голубая
 - б) желто-оранжевая
 - в) сине-зеленая
2. Рекомендуемая цветовая гамма для интерьера спортивного зала:
- а) красно-оранжевая
 - б) серо-коричневая
 - в) бело-голубая
3. Рекомендуемый цвет для классной доски:
- а) зеленый
 - б) черный
 - в) красно-коричневый
4. Рекомендуемая окраска рабочих столов:
- а) черная
 - б) цвет древесины
 - в) голубая
5. Указать соответствие действия цвета:
- А – белый

- Б – фиолетовый
 В – голубой
 Г – желтый
- а) цвет хорошего настроения, помощник желудочно-кишечного тракта
 б) цвет-антисептик, дает ощущение прохлады
 в) цвет загадочности, таинственности, приостанавливает рост раковых опухолей
 г) цвет-усилитель целебного действия другого цвета в сочетании с ним, очищает весь организм
6. Указать соответствие действия цвета:
 А – красный
 Б – серый
 В – зеленый
 Г – коричневый
- а) цвет покоя, умиротворения, полезен для глаз
 б) цвет здравого смысла, принадлежности и твердости
 в) цвет воли и страсти, активности, стимулирует кроветворение и обмен веществ
 г) цвет-нейтралитет, при большом количестве вызывает чувство грусти, подавленности
7. Уровень воздействия аромата на «центры удовольствия»:
 а) психоэмоциональный (гипоталамус)
 б) терапевтический (гипофиз)
 в) молекулярный (кожа)
8. Аромат для профилактики заболеваний дыхательных путей:
 а) береза
 б) эвкалипт
 в) камфара
9. Аромат-антисептик, способствует концентрации внимания и улучшению настроения:
 а) сирень
 б) валериана
 в) лимон
10. Ритм музыки, кратный ритмичности сердечных сокращений и колебаниям электрической активности мозга, благоприятный для здоровья:
 а) ритм марша
 б) ритмы рок-музыки
 в) дискоритмы
- Ключ:* 1. б; 2. в; 3. а; 4. б; 5. А – г, Б – в, В – б, Г – а; 6. А – в, Б – г, В – а, Г – б; 7. а; 8. б; 9. в; 10. а.

Собеседование на зачете

Вопросы к зачету

1. Современные концепции индивидуального здоровья человека: подходы, компоненты, факторы, принципы и пр.
2. Современные концепции категории здорового образа жизни: подходы, компоненты, факторы, принципы и пр.
3. Внутренняя картина здоровья человека: структура, этапы формирования. Индивидуальное здоровьетворение.
4. Здоровьесберегающие подходы к обучению детей в условиях современного образования. Понятие оздоровительных технологий.
5. Биологическая природа цветооздоровления, характеристика физиологического и психоэмоционального воздействия цвета на организм человека.
6. Лечебное воздействие музыки на самочувствие человека. «Экологическая музыка», ее использование при релаксации и проведении оздоровительных процедур.
7. История аромакультуры, физиологическое обоснование, уровни воздействия. Принципы и средства ароматерапии, возможности ее использования в образовательном учреждении.

8. Кинезиологические упражнения мелкой моторики рук и их влияние на здоровье детей. Игровая лечебная гимнастика для младших школьников.
9. Комплексы релаксационных и дыхательно-координационных упражнений.
10. Зрительная гимнастика (офтальмологические тренажеры) для младших школьников.
11. Возрастная динамика функциональной асимметрии полушарий. Гимнастика на согласованную деятельность полушарий для младших школьников.
12. Проектная технология. Комплекс диагностических методик в проектной технологии валеологического содержания.
13. Система валеологических проектов для начального звена обучения, планирование и реализация исследовательских проектов.
14. Технология валеологического мониторинга. Организация исследовательской работы учащихся начальной школы в рамках валеологического мониторинга.
15. Психолого-валеологический тренинг «Школа выживания» для начальной школы.
16. Тренинговые упражнения по формированию здорового образа жизни учащихся.
17. Воздействие театральной педагогики на процесс здоровьесбережения ребенка. Сказкотворчество в театральной педагогике.
18. Методика использования театрализации в учебно-воспитательном процессе начальной школы. Театрализованные игры и упражнения.

Критерии оценки контрольных заданий:

0-40 баллов – полнота, последовательность и логичность представления материала;

0-30 баллов – научно-теоретический уровень представления материала;

0-30 баллов – иллюстрирование теоретического материала примерами практического характера.

Описание шкал (уровней), показателей и критериев оценивания компетенции ПК-5

Составляющие компетенции (знания, умения, владения (навыки))	Показатели сформированности (индикаторы)	УРОВНИ СФОРМИРОВАННОСТИ		
		НИЗКИЙ «3» (описание выраженности индикаторов)	СРЕДНИЙ «4» (описание выраженности индикаторов)	ВЫСОКИЙ «5» (описание выраженности индикаторов)
3.1	Показывает знание здоровьесберегающих технологий профессиональной деятельности.	Испытывает затруднения логичного представления знаний здоровьесберегающих технологий профессиональной деятельности.	Раскрывает суть здоровьесберегающих технологий профессиональной деятельности с опорой на уточняющие вопросы.	Показывает высокий уровень владения знаниями здоровьесберегающих технологий профессиональной деятельности.
	Показывает знание видов рисков и опасностей социальной среды и образовательного пространства.	Испытывает затруднения логичного представления знаний видов рисков и опасностей социальной среды и образовательного пространства.	Раскрывает суть видов рисков и опасностей социальной среды и образовательного пространства с опорой на уточняющие вопросы.	Показывает высокий уровень владения знаниями видов рисков и опасностей социальной среды и образовательного пространства.
У.1	Использует знание здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности.	Использует знание здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности, прибегая к непосредственной помощи со стороны	Использует знание здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности с опорой на наводящие вопросы.	Самостоятельно использует знание здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности.

		преподавателя.		
	Учитывает риски и опасности социальной среды и образовательного пространства.	Использует знание рисков и опасностей социальной среды и образовательного пространства, прибегая к непосредственной помощи со стороны преподавателя.	Использует знание рисков и опасностей социальной среды и образовательного пространства с опорой на наводящие вопросы.	Самостоятельно использует знание рисков и опасностей социальной среды и образовательного пространства.
В.1	Планирует процедуру использования здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности.	При планировании процедуры использования здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности прибегает к непосредственной помощи со стороны преподавателя.	Осуществляет планирование процедуры использования здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности с опорой на наводящие вопросы.	Осуществляет самостоятельное планирование процедуры использования здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности.
	Использует здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывая риски и опасности социальной среды и образовательного пространства.	Применяет здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывая риски и опасности социальной среды и образовательного пространства, прибегая к непосредственной помощи со стороны преподавателя.	Применяет здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывая риски и опасности социальной среды и образовательного пространства с опорой на наводящие вопросы.	Самостоятельно применяет здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывая риски и опасности социальной среды и образовательного пространства.

Проверка и оценка результатов выполнения заданий.

Каждый вид работы (контрольное задание) оценивается по 100-балльной шкале, которая переводится в 5-ти балльную шкалу в соответствии с действующим на текущий момент Положением о рейтинговой системе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов:

Менее 60 баллов – оценка «2».

С 60 до 75 баллов – оценка «3».

С 75 до 87 баллов – оценка «4».

С 87 до 100 баллов – оценка «5».

Дисциплина (учебный модуль) считается освоенной (компетенции сформированными), если обучающийся отвечает на вопрос к зачету на 60-100% и его знания оцениваются от 3 до 5 баллов; в случае, когда задания выполнены менее чем на 60% (что соответствует 2 баллам), дисциплина (учебный модуль) считается не освоенным.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРУ ОЦЕНИВАНИЯ (ЗАЧЕТ)

Целью промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) является оценка уровня усвоения обучающимися знаний, приобретения умений, навыков и сформированности компетенций в результате изучения учебной дисциплины.

Процедура оценивания охватывает всех без исключения обучающихся, осваивающих дисциплину (модуль).

Процедура оценивания проводится по окончании изучения дисциплины (модуля).

Оценка уровня усвоения обучающимися знаний, приобретения умений, навыков и сформированности компетенций осуществляется на зачете с оценкой, который проводится в форме устного собеседования по вопросам (перечень вопросов представлен в фонде оценочных средств). Преподаватель имеет право задавать дополнительные вопросы в рамках темы собеседования.

Оценивание ответов обучающихся проводится в соответствии с критериями оценки (критерии представлены в фонде оценочных средств).

На основании ответа (ответов) на собеседовании оценивается уровень усвоения обучающимися знаний, приобретения умений, навыков и сформированности компетенций в результате изучения учебной дисциплины, по результатам выставляется оценка (отметка о зачете).

Результаты проведения процедуры в установленном порядке проставляются преподавателем в зачетные книжки обучающихся и электронные ведомости. По результатам проведения процедуры оценивания преподавателем делается вывод о результатах промежуточной аттестации по дисциплине.