



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ИГО  
Т.Е. Абрамзон

01.02.2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

***ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ***

Направление подготовки (специальность)  
44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль/специализация) программы  
Начальное образование

Уровень высшего образования - бакалавриат

Форма обучения  
заочная

Институт/ факультет	Институт гуманитарного образования
Кафедра	Педагогического образования и документоведения
Курс	4

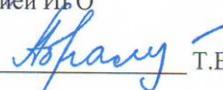
Магнитогорск  
2022 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Педагогического образования и документоведения  
31.01.2022, протокол № 6

Зав. кафедрой  С.С. Великанова

Рабочая программа одобрена методической комиссией ИГО  
01.02.2022 г. протокол № 7

Председатель  Т.Е. Абрамзон

Рабочая программа составлена:

профессор кафедры ПОиД, д-р пед. наук  Т. Ф. Орехова

Рецензент:

доцент кафедры ДиСО, канд. пед. наук  С. Н. Юревич

## Лист актуализации рабочей программы

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2023 - 2024 учебном году на заседании кафедры Педагогического образования и документоведения

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ С.С. Великанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2024 - 2025 учебном году на заседании кафедры Педагогического образования и документоведения

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ С.С. Великанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2025 - 2026 учебном году на заседании кафедры Педагогического образования и документоведения

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ С.С. Великанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2026 - 2027 учебном году на заседании кафедры Педагогического образования и документоведения

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ С.С. Великанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2027 - 2028 учебном году на заседании кафедры Педагогического образования и документоведения

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ С.С. Великанова

### **1 Цели освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины «Организация здоровьесотворяющего образования в начальной школе» является формирование у студентов готовности к организации здоровьесотворяющего образования в начальной школе как функции целостного педагогического процесса и средства сохранения и укрепления здоровья младших школьников.

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

Дисциплина Основы здорового образа жизни младших школьников входит в часть учебного плана формируемую участниками образовательных отношений образовательной программы.

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин/ практик:

Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Личностно-профессиональное саморазвитие

Психология

Физическая культура и спорт

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для изучения дисциплин/практик:

Производственная - летняя педагогическая практика

Теоретические основы подготовки вожатого

Учебная - общественно-педагогическая практика

Методика воспитательной работы с младшими школьниками

Основы здорового образа жизни младших школьников

Производственная - воспитательная практика (в качестве классного руководителя)

Психологическое взаимодействие участников образовательного процесса

Психология детства

Теория воспитания детей младшего школьного возраста

Учебная - практика пробных уроков

Коррекционная работа в начальной школе

Коррекционные технологии в начальной школе

Обучение и воспитание младших школьников с ОВЗ

Организация здоровьесотворяющего образования в начальной школе

Основы специальной педагогики для начальной школы

Производственная - педагогическая практика

### **3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) и планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины (модуля) «Основы здорового образа жизни младших школьников» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции
ПК-2	Способен к реализации программ деятельности образовательной организации, направленных на создание безопасной и комфортной для обучающихся образовательной среды
ПК-2.1	Разрабатывает планы, конспекты, технологические карты по предметам профильной подготовки и программы воспитательных мероприятий для начальной школы
ПК-2.2	Подбирает, объясняет целесообразность и оценивает педагогические технологии с позиции обеспечения безопасной и комфортной для

	обучающихся образовательной среды
--	-----------------------------------

#### 4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 зачетных единиц 36 акад. часов, в том числе:

- контактная работа – 4,7 акад. часов;
- аудиторная – 4 акад. часов;
- внеаудиторная – 0,7 акад. часов;
- самостоятельная работа – 27,4 акад. часов;
- в форме практической подготовки – 0 акад. час;

– подготовка к зачёту – 3,9 акад. час

Форма аттестации - зачет

Раздел/ тема дисциплины	Курс	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа студента	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код компетенции
		Лек.	лаб. зан.	практ. зан.				
1. Раздел 1. Понятие о здоровом образе жизни современного человека								
1.1 Валеология как концептуальная основа организации здоровьесовещающего образования в современной школе	4	1/ИИ			6	Разработка в технологии неоконченного предложения понятия о человеке как биосоциальном существе, природно-культурном феномене	Дискуссия «Я и мое здоровье»	ПК-2.1, ПК-2.2
1.2 Здоровье человека как системообразующий фактор здоровьесовещающего образования		2/ИИ			3	Разработка в технологии развивающейся кооперации понятия «здоровье человека»	Самооценка студентами своего уровня здорового образа жизни	ПК-2.1, ПК-2.2
1.3 «Пирамида здоровья» как путь здоровья человека					3	Подготовка докладов по ступеням «Пирамиды здоровья»	Выступление с докладами на практических занятиях	ПК-2.1, ПК-2.2
Итого по разделу		3/2И			12			
2. Раздел 2. Теоретические основы организации здоровьесовещающего образования в современной								
2.1 Понятие «здоровьесовещающее образование» как педагогическая категория	4	1/2И			2	Разработка в технологии развивающейся кооперации понятия «здоровьесовещающее образование»	Представление в письменном виде структуры здоровьесовещающего образования	ПК-2.1, ПК-2.2

2.2 Система организации здоровьесберегающего образования в современной школе				13,4	Преобразование принципов здоровьесберегающего образования в принципы здорового образа жизни	Выступление с докладами по составляющим здорового образа жизни	ПК-2.1, ПК-2.2
Итого по разделу	1/2И			15,4			
Итого за семестр	4/4И			27,4		зачёт	
Итого по дисциплине	4/4И			27,4		зачет	

## **5 Образовательные технологии**

Использование в учебном процессе:

- активных и интерактивных форм проведения занятий (компьютерных симуляций, деловых и ролевых игр, разбор конкретных ситуаций, психологические и иные тренинги) в сочетании с внеаудиторной работой;

- специальных методов, развивающих у студентов навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая проведение фрагментов уроков по темам начальной школы, а также интерактивных практических занятий, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ возможных педагогических ситуаций в начальной школе);

- игровых технологий, в основе которых лежит организация образовательного процесса, основанная на реконструкции моделей поведения в рамках предложенных сценарных условий (учебная игра – форма воссоздания предметного и социального содержания будущей профессиональной деятельности специалиста, моделирования таких систем отношений, которые характерны для этой деятельности как целого; деловая игра – моделирование различных ситуаций, связанных с выработкой и принятием совместных решений, обсуждением вопросов в режиме «мозгового штурма», реконструкцией функционального взаимодействия в коллективе и т.п.; ролевая игра – имитация или реконструкция моделей ролевого поведения в предложенных сценарных условиях);

- лекций-визуализаций, при которых изложение содержания теоретического материала сопровождается презентацией (демонстрацией учебных материалов, представленных в различных знаковых системах, в т.ч. иллюстративных, графических, аудио- и видеоматериалов);

- практических занятий в форме презентации, в процессе которых осуществляется представление результатов проектной или исследовательской деятельности с использованием специализированных программных сред;

- компьютерных обучающих программ, включающих в себя электронные учебники, тестовые системы; обучающих систем на базе мультимедиа-технологий, построенные с использованием персональных компьютеров, видеотехники, накопителей на оптических дисках; распределенных баз данных по отраслям знаний;

- средств телекоммуникации, включающих в себя электронную почту, телеконференции, локальные и региональные сети связи, сети обмена данными и т.д.

- электронных библиотек, распределенных и централизованных издательских систем.

## **6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Представлено в приложении 1.

## **7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации**

Представлены в приложении 2.

## **8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

### **а) Основная литература:**

1. Орехова, Т. Ф. Учебно-методический комплекс по дисциплине «Педагогические здоровьесберегающие технологии»: учебное пособие / Т. Ф. Орехова, Т. В. Кружилина; МГТУ. - Магнитогорск: МГТУ, 2018. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3681.pdf&show=dcatalogues/1/1527107/3681.pdf&view=true> (дата обращения: 15.10.2019). - Макрообъект. - Текст: электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

2. Степанова, О. П. Диагностика психического здоровья : практикум / О. П. Степанова ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2017. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3194.pdf&show=dcatalogues/1/1136688/3194.pdf&view=true> (дата обращения: 04.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

#### **б) Дополнительная литература:**

1. Тестирование физической культуры и здоровья студентов средствами контроля и самоконтроля : учебное пособие / Н. А. Усцелемова, С. В. Усцелемов, В. Ф. Неретин, Т. Ф. Орехова ; МГТУ. - [2-е изд.]. - Магнитогорск : МГТУ, 2016. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=2846.pdf&show=dcatalogues/1/1133258/2846.pdf&view=true> (дата обращения: 04.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

2. Мицан, Е. Л. Лечебный массаж : учебное пособие / Е. Л. Мицан ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=1276.pdf&show=dcatalogues/1/1123471/1276.pdf&view=true> (дата обращения: 04.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

#### **в) Методические указания:**

Самостоятельная работа студентов вуза : практикум / составители: Т. Г. Неретина, Н. Р. Уразаева, Е. М. Разумова, Т. Ф. Орехова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2019. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3816.pdf&show=dcatalogues/1/1530261/3816.pdf&view=true> (дата обращения: 18.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

#### **г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:**

##### **Программное обеспечение**

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
MS Office 2007 Professional	№ 135 от 17.09.2007	бессрочно
7Zip	свободно распространяемое	бессрочно

##### **Профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Название курса	Ссылка
Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС»	<a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования (РИНЦ)	URL: <a href="https://elibrary.ru/project_risc.asp">https://elibrary.ru/project_risc.asp</a>
Поисковая система Академия Google (Google Scholar)	URL: <a href="https://scholar.google.ru/">https://scholar.google.ru/</a>
Информационная система - Единое окно доступа к информационным ресурсам	URL: <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>

Российская Государственная библиотека. Кataloги	<a href="https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/">https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/</a>
Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова	<a href="https://magtu.informsystema.ru/Marc.html?locale=ru">https://magtu.informsystema.ru/Marc.html?locale=ru</a>
Университетская информационная система РОССИЯ	<a href="https://uisrussia.msu.ru">https://uisrussia.msu.ru</a>

### **9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа: доска, мультимедийный проектор, экран.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: доска, мультимедийный проектор, экран.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного: стеллажи для хранения учебно-наглядных пособий и учебно-методической документации.

Приложение 1.

### **«Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся» Методические рекомендации к самостоятельной работе студентов**

По дисциплине «Организация здоровьесотворяющего образования в начальной школе» предусмотрена аудиторная и внеаудиторная самостоятельная работа студентов.

#### ***Аудиторная самостоятельная работа студентов***

Аудиторная самостоятельная работа предполагает выполнение студентами практических заданий на практических занятиях.

**Задание 1.** Разработка по методике неоконченного предложения понятия «Человек».

**Задание 2.** Разработка в технологии развивающейся кооперации понятия «Здоровье человека».

**Задание 3.** В технологии «Педагогический бином» работа с понятиями «я» и «школа».

#### ***Внеаудиторная самостоятельная работа студентов***

Внеаудиторная самостоятельная работа предполагает написание студентами докладов по предложенным темам и выступление с докладами на практических занятиях.

*Перечень тем для выступления с сообщениями на практических занятиях  
(с методическим комментарием)*

1. Валеология как наука о становлении здоровья человека. Что такое валеология: происхождение и значение термина. Специфические черты валеологии. Связь валеологии с другими науками о человеке.

2. Человек как носитель здоровья (раскрыть определение понятия «человек», пользуясь справочными изданиями по философии, психологии и педагогике. Раскрыть структуру организма человека (строение тела, структуру психической сферы личности человека, особенности мыслительной деятельности. Ответить на вопросы: почему человек является главной ценностью жизни; что значит выражение «человек – венец природы»).

3. Здоровье человека как природно-культурное явление (осветить вопрос о зависимости здоровья человека от окружающего мира и от самого человека – от образа его жизни).

4. Сознание человека и его здоровье (раскрыть роль сознания человека в становлении – сохранении, поддержании, укреплении и наращивании его здоровье).

5. Дыхание как функция живого организма (дать характеристику дыхательной системы человека, механизм газообмена и значение дыхания человека для его здоровья; дать краткую характеристику дыхательных гимнастик как технологий здоровьесбережения).

6. Сон как фактор здоровья человека (дать определение сна как важнейшего для здоровья физиологического процесса; охарактеризовать фазы сна; выявить факторы, влияющие на качество сна человека и особенности сна в разные возрастные периоды; обозначить признаки здорового сна; дать характеристику технологий восстановления и поддержания здорового сна).

7. Вода как фактор здоровья человека (раскрыть особенности водно-солевого обмена в организме человека; дать характеристику жидкостей, содержащихся в организме человека: крови, лимфы, желудочного сока, желчи, слезы, слюны, секрета, пота, урины).

8. Питание как фактор здоровья человека (раскрыть понятие «рациональное питание»; дать характеристику строения пищеварительной системы; раскрыть требованиями к рациональному питанию; составить свод правил здорового питания).

9. Нетрадиционные подходы к питанию человека (дать характеристику раздельного питания, вегетарианства строго и нестрого, сыроядения, природосообразного питания).

10. Движение как фактор здоровья человека (раскрыть значение движения для здоровья человека в разные периоды его жизни).

11. Закаливание как фактор здоровья человека (раскрыть суть закаливания и его значение для повышения адаптивных возможностей человека; дать характеристику средств и систем закаливания).

12. Ароматерапия как технология здоровьесбережения и средство сохранения, поддержания и укрепления здоровья человека (осветить вопрос о воздействии естественных (натуральных) запахов на организм и здоровье человека).

13. Фитотерапия как средство оздоровления человека (дать определения понятия «фитотерапия»; средства фитотерапии и правила их применения; продукты питания как средства фитотерапии).

14. Значение силы духа и воли для здоровья человека (понятие о духовном здоровье; духовные источники жизненных сил человека). Психологическое здоровье; приемы сохранения психологического здоровья; критерии психологического здоровья человека).

15. Психологическое состояние человека как фактор его здоровья (понятие о психологическом здоровье; приемы сохранения психологического здоровья; критерии психологического здоровья человека).

16. Значение отношений человека с другими людьми как фактор здоровья (психология межличностных отношений, правила гармоничного построения взаимоотношений с другими людьми, отношения в линии Я – другой как путь любви; посторонние отношения в системе социальных иерархий).

17. Понятие о здоровом образе жизни (здоровый образ жизни как один из определяющих для здоровья человека факторов; составляющие здорового образа жизни, характеристика содержания каждой составляющей).

18. Отсутствие вредных привычек как главное звено в сохранении и укреплении здоровья человека (трезвость как норма жизни; понятие о трезвости в узком понимании; понятие о «разрешенных» и «запрещенных» наркотических веществах; причины наркотизации людей; характеристика современных методов профилактики наркотизации (алкоголизации, табакокурения и наркомании); понятие о ложных и природосообразных убеждениях по поводу употребления алкоголя).

19. Режим труда и отдыха как фактор здоровья человека (понятие о трудовой деятельности человека; нормы трудовой недели по возрастам работников; главные правила здоровосохранной организации трудового дня человека; понятие об отдыхе, (за исключением сна), виды активного и пассивного отдыха; нормативное соотношение трудовой активности и отдыха в течение дня, недели, года).

20. Межличностные отношения как фактор здоровья человека (понятие о межличностных отношениях; правила здоровосохранных отношений между взрослыми и детьми; правила здоровосохранных отношений между мужчинами и женщинами).

21. Жидкости в организме человека: их функции и значние для здоровья (охарактеризовать жидкости, содержащиеся в организме человека: кровь, лимфу,

желудочный сок, желчь, урину, пот, слюну, слезы, все виды секрета; раскрыть химический состав каждой жидкости, функции, выполняемые в организме; проблемы, связанные с расстройством функций каждой данной жидкости и правила поддержания каждой жидкости в «здоровом» состоянии).

Примечание: библиографический поиск по теме реферата является одним из критериев его оценки.

### ***Технология подготовки студентов к лекционным и практическим занятиям***

При изучении каждой темы студент должен придерживаться следующего порядка:

- изучив материалы до соответствующего занятия, подумать, какие уточняющие вопросы можно задать преподавателю на лекции;
- при закреплении материала необходимо воспользоваться контрольными вопросами и заданиями к каждой теме;
- самостоятельную работу по теме (разделу) выполнять после изучения всего материала;
- при подготовке к семинарским занятиям необходимо руководствоваться вопросами для обсуждения при изучении источников;
- при выполнении заданий к семинарским занятиям необходимо тщательно проработать формулировку задания;
- при подготовке к занятиям необходимо ориентироваться на показатели и критерии оценки активной работы студентов на семинарских занятиях и выполнение программы самостоятельной работы;
- переход к изучению новой темы возможен только в случае выполнения всех заданий предыдущих разделов.

При проведении лекционных и практических занятий используются следующие образовательные технологии: традиционная технология обучения, модульно-компетентностная технология, информационные технологии (часть лекционных занятий проводятся с применением презентаций и показом видеofilьмов), технология личностно-ориентированного обучения, элементы адаптивной технологии и технологии сотрудничества, технология развивающейся кооперации.

В учебном процессе используются интерактивные формы проведения занятий: проблемная лекция (по проблеме «Человек как носитель здоровья»), лекция-дискуссия (по вопросам сущности здоровья человека как культурного феномена и педагогического понятия), лекция пресс-конференция (в ходе обсуждения факторов здоровья и причин нездоровья человека), семинар-дискуссия (по проблеме взаимодействие человека с самим собой и окружающим миром), семинар-конференция (по проблеме оценки здоровьесберегающего потенциала современных образовательных технологий и здоровьесберегающей направленности методов обучения и воспитания младших школьников), круглый стол (в ходе обсуждения вопросов готовности личности к здоровьтворению как показателя культуры здоровья человека)

## **Приложение 2**

### **Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации**

**а) Планируемые результаты обучения и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации:**

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
<b>ПК-2: Способен к реализации программ деятельности образовательной организации, направленных на создание безопасной и комфортной для обучающихся образовательной среды</b>		
ПК-2.1	Разрабатывает планы, конспекты, технологические карты по предметам профильной подготовки и программы воспитательных мероприятий для начальной школы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Раскройте подходы к пониманию сущности человека как носителя здоровья? Чем характеризуются природное и культурное начало в человеке? Что является показателем культуры личности человека как биосоциального существа.</li> <li>2. Раскройте содержание педагогического подхода к трактовке здоровья человека.</li> <li>3. Дайте характеристику здоровья человека как феномена культуры его личности контексте взаимодействия с окружающим миром? Какие стороны человека отражают такие его определения, как индивид, личность, субъект, индивидуальность?</li> <li>4. Какие существуют в настоящее время подходы к объяснению причин нездоровья человека? В чем видит причины нездоровья человека Н. М. Амосов и почему? В чем видит причины нездоровья В. В. Гарбузов и почему? В чем видит причины нездоровья Л. Хэй, а также К. Изард, В. П. Эфроимсон и почему?</li> <li>5. Что вкладывается сегодня в понятие «здоровый образ жизни»? Каким образом можно выявить уровень здорового образа жизни индивида?</li> <li>6. Каковы критерии здоровья человека как природно-культурного феномена? Что такое энергичность организма человека? В чем и как она проявляется? Что такое внутренний покой или психоэмоциональная уравновешенность человека? В чем и как она проявляется? Что такое конструктивно-позитивное мышление человека? В чем и как оно проявляется?</li> <li>7. Что такое «пирамида здоровья»? В чем ее суть? Что отражает «пирамида здоровья»? Какова логика «пирамиды здоровья» и почему?</li> <li>8. В чем суть первой ступени «пирамиды здоровья»? Какие здоровьесберегающие технологии обеспечивают становление здоровья человека на первой ступени «пирамиды здоровья»? Как представлена первая ступень «пирамиды здоровья» в программе «Здоровое поколение» в блоке начальной школы?</li> <li>9. В чем суть второй ступени «пирамиды здоровья»? Какие здоровьесберегающие технологии обеспечивают становление здоровья человека на второй ступени «пирамиды здоровья»? Как представлена вторая ступень «пирамиды здоровья» в программе «Здоровое поколение» в блоке начальной школы?</li> <li>10. В чем суть третьей ступени «пирамиды здоровья»? Какие здоровьесберегающие технологии обеспечивают становление здоровья человека на третьей ступени</li> </ol>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>«пирамиды здоровья»? Как представлена третья ступень «пирамиды здоровья» в программе «Здоровое поколение» в блоке начальной школы?</p> <p>11. В чем суть четвертой ступени «пирамиды здоровья»? Какие здоровьесберегающие технологии обеспечивают становление здоровья человека на четвертой ступени «пирамиды здоровья»? Как представлена четвертая ступень «пирамиды здоровья» в программе «Здоровое поколение» в блоке начальной школы?</p> <p>12. В чем суть пятой ступени «пирамиды здоровья»? Какие здоровьесберегающие технологии обеспечивают становление здоровья человека на пятой ступени «пирамиды здоровья»? Как представлена пятая ступень «пирамиды здоровья» в программе «Здоровое поколение» в блоке начальной школы?</p> <p>13. В чем суть шестой ступени «пирамиды здоровья»? Какие здоровьесберегающие технологии обеспечивают становление здоровья человека на шестой ступени «пирамиды здоровья»? Как представлена шестая ступень «пирамиды здоровья» в программе «Здоровое поколение» в блоке начальной школы?</p> <p>14. В чем суть седьмой ступени «пирамиды здоровья»? Какие здоровьесберегающие технологии обеспечивают становление здоровья человека на седьмой ступени «пирамиды здоровья»? Как представлена седьмая ступень «пирамиды здоровья» в программе «Здоровое поколение» в блоке начальной школы?</p> <p>15. В чем суть восьмой ступени «пирамиды здоровья»? Какие здоровьесберегающие технологии обеспечивают становление здоровья человека на восьмой ступени «пирамиды здоровья»? Как представлена восьмая ступень «пирамиды здоровья» в программе «Здоровое поколение» в блоке начальной школы?</p> <p>16. В чем суть девятой ступени «пирамиды здоровья»? Какие здоровьесберегающие технологии обеспечивают становление здоровья человека на девятой ступени «пирамиды здоровья»? Как представлена девятая ступень «пирамиды здоровья» в программе «Здоровое поколение» в блоке начальной школы?</p> <p>17. Что из себя представляют принципы здоровьесоздающего образования? В чем их суть? Дайте определение принципам здоровьесоздающего сознания? В чем их суть? Перечислите принципы здоровьесоздающего сознания? Дайте определение принципам здоровьесоздающего поведения? В чем их суть? 18. Перечислите принципы здоровьесоздающего поведения?</p> <p>19. Раскройте содержание принципов</p>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>самодеятельности и последовательности.</p> <p>20. Раскройте содержание принципов взаимозависимости, взаимообусловленности и авторономности.</p> <p>21. Раскройте содержание принципа постепенности и систематичности.</p> <p>15. Раскройте содержание принципов взаимообозрения и одобрения.</p> <p>22. Раскройте содержание принципов согласия и позитивной речевой установки.</p> <p>23. Раскройте содержание принципов личностного обращения и взаиморазвития.</p> <p>24. Раскройте содержание принципа безусловной любви.</p> <p>25. Раскройте содержание понятия «здоровьесберегающие педагогические технологии» на основе содержания базовых понятий: «педагогическая технология» и «здоровьесбережение». Назовите признаки, по которым любую технологию можно отнести к педагогическим здоровьесберегающим технологиям.</p> <p>26. Что такое рефлексия? Какую функцию выполняет рефлексия в становлении здоровья человека? Как использовать рефлексия для обобщения результатов на уроке здоровья?</p> <p>27. Раскройте содержание и направления оздоровительной работы в начальной школе. Какие требования предъявляются к уроку здоровья в начальной школе?</p> <p>16. 28. Что такое динамическая пауза? Как организовать динамические паузы на уроках в начальной школе?</p>
ПК-2.2	Подбирает, объясняет целесообразность и оценивает педагогические технологии с позиции обеспечения безопасной и комфортной для обучающихся образовательной среды	<p><b><u>Задание 1.</u></b> Перечислите навыки здорового образа жизни младших школьников, которые доступны для формирования в процессе их образования в начальной школе и приведите пример формирования одного какого-либо навыка.</p> <p><b><u>Задание 2.</u></b> Руководствуясь программой «Здоровое поколение» (см. Хрестоматию), составьте три варианта приветствия для начала учебного дня в начальной школе со следующей целевой направленностью:</p> <p>1) на формирование у учащихся умения видеть себя и другого;</p> <p>2) на формирование у учащихся умения слушать и слышать себя и другого;</p> <p>2) на формирование у учащихся умения осознавать и выражать то, что видят и слышат.</p> <p><b><u>Задание 1.</u></b> В течение трех недель (21 дня) ведите дневник сна (см. таблицу 1 в приложении). По истечении этого срока проведите анализ своих записей и оцените</p>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>качество своего сна с позиции трех показателей здорового сна:</p> <p><b><u>Задание 2.</u></b> В течение трех недель (21 дня) ведите дневник питания (см. таблицу 2 в приложении). По истечении этого срока проведите анализ своих записей и оцените качество своего питания с позиции представленных ниже критериев природосообразного питания.</p> <p><b><u>Задание 3.</u></b> Разработать форму дневников сна и питания для младших школьников с учетом возрастных особенностей учащихся отдельно 1-2 и 3-4 классов</p> <p><b><u>Задание 1.</u></b> На основе принципов здоровьесберегающего образования составьте перечень валеопедагогических действий учителя, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья учащихся в процессе образования в <b>учебное время</b> (на уроках, на занятиях по направлениям внеурочной деятельности, в группе продленного дня, если таковая предусмотрена)</p> <p><b><u>Задание 2.</u></b> На основе принципов здоровьесберегающего образования составьте перечень валеопедагогических действий учителя, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья учащихся в процессе образования во <b>внеучебное время</b> (на переменах, во время движения в столовую, на прогулках, если таковые предусмотрены в период пребывания учащихся в образовательном учреждении)</p> <p><b><u>Задание 1.</u></b> Разработайте критерии (показатели) оценки сохранения и укрепления здоровья учащихся в процессе образования. Выполнение задания заключается в описании тех поведенческих проявлений детей, по которым можно сделать вывод о результативности валеопедагогических действий учителя. Для выполнения этого задания руководствуйтесь лекционными материалами по теме <b>«Понятие о здоровье человека как феномене культуры его личности»</b>.</p> <p><b><u>Задание 2.</u></b> Составить <b>четыре</b> комплекса физминуток/динамических пауз, для включения в уроки в первом, втором, третьем и четвертом классах с учетом следующих требований</p> <p><b><u>Задание 1.</u></b> Изучить содержание программы «Здоровое поколение» для 1-4(5) классов и составить беседу для учащихся по одному из фрагментов из темы второй четверти «Я и мир» (Я в мире людей. Люди вокруг меня).</p> <p><b><u>Задание 2.</u></b> Изучить содержание программы «Здоровое поколение» для 1-4(5) классов и составить беседу для учащихся по одному из фрагментов из темы второй четверти «Я и мир» (Я учусь слушать и</p>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>слышать окружающих меня людей. Я учусь являть себя другим людям).</p> <p><b><u>Задание 1.</u></b> Изучите педагогическую технологию «Педагогический бином» (см. учебное пособие «Педагогика здоровья (Курс лекций по основам организации здоровьесберегающего образования в школе)» и в соответствии с алгоритмом ее применения проработайте соотношение понятий «Я» и «школа».</p> <p><b><u>Задание 2.</u></b> Пользуясь ресурсами Интернет, выпишите из справочных изданий (словарей и энциклопедий) по разным наукам (философии, психологии, педагогике, антропологии) по несколько определений понятий «индивид», «личность», «субъект», «индивидуум», «индивидуальность» и объясните, какие аспекты сущности человека определяются этими терминами.</p>