



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ИНСТИТУТ СФЕРЫ ОБСЛУЖИВАНИЯ И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА (ФИЛИАЛ)
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ» В Г. ШАХТЫ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
(ИСОиП (филиал) ДГТУ в г. Шахты)

**Методические материалы
по освоению дисциплины**

«Технологии здоровьесбережения в образовании»
для обучающихся по направлению подготовки
44.03.01 Педагогическое образование

Рассмотрены и рекомендованы для
использования в учебном процессе на
заседании кафедры «Трудовое право и право
социального обеспечения»
Протокол № 7 от 30.03.2023 г.

Шахты
2023

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
1 Методические указания для подготовки к практическим занятиям	3
2 Методические рекомендации по организации самостоятельной работы.....	9
3 Методические указания к выполнению докладов.....	10
4 Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации.....	10
5 Рекомендуемая литература.....	13

ВВЕДЕНИЕ

Методические указания по изучению дисциплины *«Технологии здоровьесбережения в образовании»* разработаны в соответствии рабочей программой данной дисциплины, входящей в состав документации основной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование.

Цель настоящих методических указаний состоит в оказании содействия обучающимся в успешном освоении дисциплины *«Технологии здоровьесбережения в образовании»* в соответствии с общей концепцией основной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование.

Выполнение предусмотренных методическими указаниями заданий по дисциплине *«Технологии здоровьесбережения в образовании»* позволит обучающимся получить необходимые умения и навыки и на их базе приобрести следующие компетенции:

Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни – УК-6.

Умения и навыки, полученные обучающимися по дисциплине *«Технологии здоровьесбережения в образовании»*, впоследствии используются при прохождении практик, а также при выполнении выпускной квалификационной работы.

1 Методические указания для подготовки к практическим занятиям

Практическое занятие – это занятие, проводимое под руководством преподавателя в учебной аудитории, направленное на углубление теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения.

Перед практическим занятием следует изучить конспект лекций, выложенный в ЭИОС и в электронной библиотеке, рекомендованную преподавателем литературу, обращая внимание на практическое применение теории и на методику решения типовых заданий. На практическом занятии главное – уяснить связь решаемых задач с теоретическими положениями. Логическая связь лекций и практических занятий заключается в том, что информация, полученная на лекции, в процессе самостоятельной работы на практическом занятии осмысливается и перерабатывается, при помощи преподавателя анализируется, после чего прочно усваивается.

При выполнении практических заданий обучающиеся имеют возможность пользоваться лекционным материалом, с разрешения преподавателя осуществлять деловое общение с одногруппниками.

Практические задания

Тема 1. Нормативно-правовые основы здоровьесберегающей деятельности в образовании

Тема 2. Здоровьесберегающая деятельность в организациях дошкольного и общего образования в условиях системных изменений

Тема 3. Здоровьесберегающие образовательные и управленческие технологии

Тема 4. Использование здоровьесберегающих технологий в ДОО с учетом психовозрастных особенностей детей дошкольного возраста

Тема 5. Использование здоровьесберегающих технологий в управлении образовательным процессом в школе с учетом психовозрастных особенностей обучающихся

Тема 6. Социально-психологические и организационные условия сбережения профессионального здоровья педагога

Примеры практических заданий

Задание 1. Предложите проект академического занятия в вузе с использованием здоровьесберегающих технологий.

Задание 2. Разработайте перечень мероприятий по адаптации к учебно-профессиональной деятельности будущих бакалавров.

Задание 3. Проведите анализ педагогической литературы, выделите актуальные проблемы младшего школьного возраста с точки зрения системы образования и соотнесите их с ключевыми показателями адаптацией детей этого возраста. Сделайте выводы.

Задание 4. Составьте программу режима учебного труда, сна и закаливания для студентов.

Задание 5. Провести анализ психовозрастных особенностей обучающихся по уровням образования (ДОО, НОО, ООО, СОО).

Задание 6. Определить комплекс здоровьесберегающих образовательных технологий с учетом психовозрастных особенностей обучающихся (по уровням образования: ДОО, НОО, ООО, СОО).

Задание 7. Заполнить таблицу «Соответствие комплекса здоровьесберегающих образовательных технологий психовозрастным особенностям обучающихся (по уровням образования: ДОО, НОО, ООО, СОО)».

Возраст	Психовозрастные особенности							Ведущий вид деятельности	Риски психического здоровья	Риски физического здоровья	Риски социального здоровья	Уровни образования (ДОО, НОО, ООО, СОО)	Комплексы здоровьесберегающих образовательных технологий
	Ощущение	Восприятие	Внимание	Память	Воображение	Мышление	Эмоции						
Младший дошкольник													
Старший дошкольник													
Младший школьник													
Подростковый													
Юношеский													

Задание 8. Составить «Пакет диагностических методик», направленных на изучение факторов психического здоровья в разные возрастные периоды.

Задание 9. Разработать рекомендации по профилактике и коррекции профессиональных деформаций личности.

Задание 10. Разработать рекомендации по здоровьесбережению дошкольников / школьников для учителей-предметников старших классов и классных руководителей.

Задание 11. Составьте содержательную схему основных элементов ЗОЖ обучающихся (возраст по выбору) и опишите её основные этапы.

Тесты для самоконтроля

1. Согласно Уставу ВОЗ «здоровье» – это:

А) единство физического, психического и духовно-нравственного здоровья; отсутствие физических дефектов;

Б) совокупность физических и духовных способностей, которыми располагает организм;

в) состояние полного физического, психического благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

2. Понятие «здоровьесберегающая технология» относится к:

А) субъективной оценке;

Б) качественно характеристике;

В) относительной характеристике; количественному выражению.

3. Какой из представленных ответов не является компонентом здоровья?

- А) психическое;
- Б) физическое;
- В) социальное.

4. Предметная область психологии здоровьесбережения включает в себя:

- А) – изучение возрастных и индивидуальных особенностей личности в системе профессионального образования;
- Б) – изучение человека как субъекта профессиональной деятельности, его жизненного и профессионального пути;
- В) – изучение психологических основ профессионального обучения и профессионального воспитания;
- Г) – изучение психологических аспектов профессиональной деятельности.

5. Какие факторы риска снимает практика преподавания интерактивного обучения?

- А) стрессовую педагогическую практику;
- Б) интенсификацию учебного процесса;
- В) пассивность учащихся.

6. В каких программах содержательного раздела ООП представлены здоровьесберегающие компоненты?

- А) Программа духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся
- Б) Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни
- В) Программа воспитания и социализации обучающихся

7. Какая управленческая деятельность способствует профилактике профессионального здоровья педагога?

- А) Профилактика конфликтов в образовательной среде
- Б) Поддержка комфортного морально-психологического климата в организации
- В) Создание комфортных условий труда в организации, оптимального режимы труда и отдыха, обеспечения безопасности для педагога
- Г) Способность создавать программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека с применением современного психологического инструментария

Д) Способность и готовность к консультированию педагогов и преподавателей образовательных организаций при выборе образовательных технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся

8. Аксиологический компонент здоровьесберегающих технологий проявляется:

А) в осознании учащимися высшей ценности своего здоровья, убежденности в необходимости вести здоровый образ жизни;

Б) в приобретении необходимых для процесса здоровьесбережения знаний и умений, познании себя, своих потенциальных способностей и возможностей;

В) в усвоении системы ценностей и установок, которые формируют гигиенические навыки и умения, необходимые для нормального функционирования организма.

9. Здоровьесберегающая среда – это:

А) среда, содействующая улучшению физического и функционального состояния человека;

Б) среда, содействующая физическому, духовному и социальному благополучию человека;

В) среда, способствующая нормализации психоэмоционального состояния человека.

10. Здоровьесберегающие образовательные технологии – это:

А) психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на выявление личностных качеств, способствующих формированию представлений о физиологии человека, мотивацию к отказу от вредных привычек;

Б) психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни;

В) психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, его сохранению и укреплению, формирование представления о составных частях здорового образа жизни.

11. Какое выражение имеют требования СанПиНов?

А) качественное выражение;

Б) количественное выражение;

В) количественное и качественное выражение.

12. Какой из принципов здоровьесберегающей педагогики поставлен на первое место сознательно, поскольку его несоблюдение не только делает всю работу неэффективной, но и полностью дискредитирует ее?

- А) принцип ненанесения вреда;
- Б) принцип отсроченного результата;
- В) принцип приоритета действенной заботы о здоровье учащихся и педагогов;
- Г) принцип формирования ответственности за свое здоровье.

13. К внешнему элементу здоровьесберегающей среды относится (укажите два правильных ответа):

- А) возможность укрепления здоровья;
- Б) доступность современной тренажерной техники;
- В) источники знаний по здоровьесбережению;
- Г) мнение окружающих;
- Д) показатели физической подготовленности

14. К внутреннему элементу здоровьесберегающей среды относится (укажите два правильных ответа):

- А) знания о здоровье;
- Б) навыки здоровьесбережения; в. наличие инфраструктуры;
- Г) периодический контроль состояния здоровья;
- Д) уровень материального достатка.

15. 5. К какой группе относят традиционную технологию обучения, разработанную Я.А. Коменским (классно-урочная система обучения)?

- А) здоровьесберегающие технологии;
- Б) технологии, в которых сохранение и укрепление здоровья субъектов образовательного процесса определяется в качестве приоритета;
- В) технологии, по определению которых невозможно судить об их воздействии на здоровье участников образовательного процесса;
- Г) технологии, с большой вероятностью наносящие вред здоровью.

2 Методические рекомендации по организации самостоятельной работы

Самостоятельная работа выполняется в рамках дисциплины под руководством преподавателя, как в аудиторное, так и внеаудиторное время. Самостоятельная работа направлена на формирование умений и навыков практического решения задач, на развитие логического мышления, творческой активности, исследовательского подхода в освоении учебного материала, развития познавательных способностей.

Контроль самостоятельной работы обучающихся: темы письменных работ

Темы докладов:

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. Совместная деятельность семьи и ДОУ по сохранению здоровья детей.
15. Методики формирования основ здорового образа жизни в работах Н.А. Ноткиной, М.А. Руновой, В.П. Щербакова.
16. Закаливание ребенка в семье.
17. Факторы, влияющие на здоровье субъектов образовательного процесса.
18. Краткий анализ систем закаливания.
19. Профессиональное здоровье педагога.
20. Мониторинг здоровья участников образовательного процесса.

Шкалы оценивания:

Оценка «отлично» (91-100 %) ставится, если выполнены все требования к написанию и защите доклада: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения

на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, тема раскрыта полностью, сформулированы выводы, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка «хорошо» (76-90 %) – основные требования к докладу и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём доклада; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка «удовлетворительно» (61-75 %) – имеются существенные отступления от требований к докладыванию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании доклада или при ответе на дополнительные вопросы; отсутствуют выводы.

Оценка «неудовлетворительно» (60 % и менее) – тема доклада не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

3. Методические указания к выполнению докладов

Доклад – самостоятельная письменная аналитическая работа, выполняемая на основе преобразования документальной информации, раскрывающая суть изучаемой темы; представляет собой краткое изложение содержания результатов изучения научной проблемы важного экономического, социально-культурного, политического значения. Доклад отражает различные точки зрения на исследуемый вопрос, в том числе точку зрения самого автора. Основываясь на результатах выполнения доклада, обучающийся может выступить с докладом на практических занятиях в группе, на заседании студенческого научного кружка, на студенческой научно-практической конференции, опубликовать научную статью.

Изложенное понимание доклада как целостного авторского текста определяет критерии его оценки: актуальность темы исследования, новизна текста; обоснованность выбора источников информации; степень раскрытия сущности вопроса; полнота и глубина знаний по теме; умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме); соблюдение требований к оформлению.

4. Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации:

Перечень вопросов к зачету:

1. Каковы требования, регламентирующие деятельность образовательной организации по охране и укреплению здоровья обучающихся на разных уровнях общего образования?

2. Назовите требования к педагогу, регламентирующие здоровьесберегающую деятельность в организациях дошкольного образования.

3. Раскройте принципы педагогики здоровья.
4. Каковы требования, регламентирующие деятельность образовательной организации по охране и укреплению здоровья педагогических работников?
5. Опишите требования к педагогу, регламентирующие здоровьесберегающую деятельность в организациях общего образования.
6. Каковы здоровьесберегающие компоненты в структуре основной образовательной программы начального общего образования?
7. Раскройте здоровьесберегающие компоненты в структуре основной образовательной программы основного общего образования .
8. Опишите здоровьесберегающие компоненты в структуре основной образовательной программы среднего общего образования .
9. Каковы особенности применения социально-адаптирующих здоровьесберегающих технологий?
10. Назовите оздоровительные технологии, применяемые в общем образовании.
11. Раскройте организационно-педагогические здоровьесберегающие технологии.
Каковы особенности применения лично-развивающих здоровьесберегающих технологий?
13. Опишите психолого-педагогические здоровьесберегающие технологии (коммуникативно-диалоговые; проблемно-поисковые; арттехнологии).
14. Назовите особенности применения учебно-воспитательных здоровьесберегающих технологий.
15. Каковы психовозрастные особенности младшего дошкольного возраста?
16. Назовите проблемы социального и психологического здоровья детей младшего дошкольного возраста.
17. Каковы психовозрастные особенности старшего дошкольного возраста?
18. Раскройте проблемы социального и психологического здоровья детей старшего дошкольного возраста.
19. Каковы особенности применения здоровьесберегающих технологий в контексте эффективности восприятия педагогической информации?
20. Назовите психовозрастные особенности младшего школьного возраста.
21. Раскройте психовозрастные особенности подросткового возраста.
22. Каковы психовозрастные особенности юношеского возраста.
23. Опишите ведущие виды деятельности в младшем школьном и подростковом возрасте.
24. Каковы особенности профилактики конфликтов в кросскультурной среде?
25. Назовите особенности поддержки комфортного морально-психологического климата в организации.

26. Раскройте содержание разделов «Программы первоочередных мер по созданию комфортных условий труда в образовательной организации»

27. Каковы оптимального режимы труда и отдыха учителя?

Методика формирования оценки и критерии оценивания.

Оценки «отлично» (91-100 %) заслуживает обучающийся, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой, проявивший творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

Оценки «хорошо» (76-90 %) заслуживает обучающийся, обнаруживший полное знание учебно-программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе, показавший систематический характер знаний по дисциплине и способный к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Оценки «удовлетворительно» (61-75 %) заслуживает обучающийся, обнаруживший знания основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с основной литературой, рекомендованной программой, однако допустивший погрешности в ответе и при выполнении практических заданий.

Оценка «неудовлетворительно» (60 % и менее) выставляется обучающемуся, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

Для определения фактических оценок каждого показателя выставляются следующие баллы

1	Посещение занятий	до 10 баллов
2	Контроль знаний	до 70 баллов
	Ответ на 3 вопроса	от 50 до 70 баллов
	Полный правильный ответ	от 60 до 70 баллов
	Неполный правильный ответ	от 50 до 60 баллов
	Ответ, содержащий неточности, ошибки	50 баллов
	Ответ на 2 вопроса	от 20 до 50 баллов
	Полный правильный ответ	от 40 до 50 баллов
	Неполный правильный ответ	от 20 до 40 баллов
	Ответ, содержащий неточности, ошибки	20 баллов
	Ответ на 1 вопрос	от 0 до 20 баллов
	Полный правильный ответ	от 10 до 20 баллов
	Неполный правильный ответ	от 0 до 10 баллов
	Ответ, содержащий неточности, ошибки	0 баллов

3	Выполнение заданий по дисциплине	от 0 до 20 баллов
4	Устные ответы на практических занятиях	от 0 до 5 баллов
	Решение практических заданий	от 0 до 5 баллов
	Выполнение письменных заданий	от 0 до 5 баллов
	Выполнение дополнительных заданий (реферат, доклад, публикация статьи)	от 0 до 20 баллов (дополнительно)

5. Рекомендуемая литература

1. Котова, С. А. Основы здоровьесбережения ребенка дошкольного и младшего школьного возраста в системе образования : учебно-методическое пособие : [16+] / С. А. Котова, В. Г. Каменская ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2020. – 256 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=692243> (основная литература)

2. Цибульникова, В. Е. Технологии здоровьесбережения в образовании: учебно-методический комплекс дисциплины / В. Е. Цибульникова ; Московский педагогический государственный университет, Факультет педагогики и психологии, Кафедра педагогики и психологии профессионального образования им. акад. В.А. Сластёнина. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2016. – 48 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=469584> (дополнительная литература)

3. Морозов, В. О. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе школы (теоретико-практические аспекты) : монография / В. О. Морозов. - 3-е изд., стер. - Москва : ФЛИНТА, 2020. - 188 с. - ISBN 978-5-9765-2442-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1149681> (дополнительная литература)