ПРИНЯТО
Решением Совета Института педагогики, психологии и дефектологии 01.09.2020, протокол №__1__

УТВЕРЖДАЮ
Директор ИППД ЧГПУ
_____ С.А. Алиева
__ 2020

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дисциплины
Б1.В.ДВ.02.02. «Практикум по формированию здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста»

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)

Профили подготовки
«Начальное образование и Иностранный (английский) язык»

Квалификация выпускника:
бакалавр

Форма обучения: очная и заочная

Кафедра – разработчик: педагогики и дошкольной психологии

Грозный, 2020

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины «Практикум по формированию здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста» студентам очной формы обучения по направлению подготовки 44.03.05 - Педагогическое образование, «Начальное образование и Иностранный (английский) язык»

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, утвержденного приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 125, на основе ОПОП профилей «Начальное образование и Иностранный (английский) язык» разработанной с учетом Примерной основной образовательной программы, рекомендованной ФУМО в системе высшего образования по УГСН «Образование и педагогические науки».

Рабочая программа обсуждена и одобрена на заседании кафедры методик начального образования ФГБОУ ВО ЧГПУ от 27.08.2020, протокол №__1_____.

Зав.кафедрой, к.п.н., доц. _____Б.С.-А.Касумова

_____2020

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины – познакомить и расширить имеющиеся у бакалавров представления о воспитании здорового образа жизни младших школьников, сформировать умения и навыки, необходимые для проектирования и реализации образовательного процесса в начальной школе

Задачи дисциплины:

–познакомить студентов с современными тенденциями и взглядами на проблемы здоровья;

–углубить знания об образе жизни как основном факторе здоровья;

–сформировать ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей;

– расширить представления студентов о возможностях использования здоровьесберегающих технологий в обучении и воспитании младших школьников;

– формировать умения и навыки применения здоровьесберегающих технологий в процессе обучения в начальной школе для профессионального решения педагогических

– развитие умений проектирования образовательных программ, форм и методов контроля качества усвоения основ здорового образа жизни, обучающихся на основе отечественного и зарубежного опыта.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Практикум по формированию здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста» для бакалавриата по направлению «Педагогическое образование» относится к вариативной части обязательных дисциплин (Б1.В. ДВ.02.02). В содержание дисциплины включены вопросы, позволяющие ознакомить бакалавров с основными направлениями и проблемами в области воспитания, в частности воспитания здорового образа жизни младших школьников. Учебная дисциплина непосредственно связана с дисциплинами «Психология», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Педагогика», и др. Содержание дисциплины расширяет и углубляет общекультурные и профессиональные компетентности в области воспитания здорового образа жизни учащихся в условиях начальной школы.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:
УК-7; УК-8; ПК-5.

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности

Планируемые результаты обучения

Код и наименование ПК	Код и наименование индикатора достижения ПК	Дескрипторы
Тип задач профессиональной деятельности: педагогический		
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.
Безопасность жизнедеятельности	УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	УК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих. УК-8.2. Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- сущность, ценностные характеристики и социальную значимость (в том числе востребованность) профессии педагога;
- содержание учебного предмета в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов;
- условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых результатов обучения;
- основные формы и модели профессионального сотрудничества со всеми участниками образовательного процесса в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом;
- основные научные понятия и специфику их использования.

Уметь:

- определять цели, задачи и содержание педагогической деятельности;
- соотнести содержание изученных теоретических дисциплин с содержанием и проблемами школьного образования по учебному предмету;
- планировать учебные занятия с использованием основных видов образовательных технологий для решения стандартных учебных задач;
- применять на практике различные технологии педагогического общения;
- собирать, обобщать, анализировать эмпирическую информацию о современных процессах, явлениях и тенденциях в предметной области.

Владеть:

- навыками оценки и критического анализа результатов своей профессиональной деятельности;
- навыками разработки и реализации программы учебной дисциплины в рамках основной общеобразовательной программы основного общего образования.
- навыками проведения учебных занятий с использованием современных образовательных технологий, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы;
- навыками социального и профессионального взаимодействия со всеми участниками образовательного процесса;
- навыком сбора, изучения, критического анализа, обобщения и систематизации информации по теме научно-исследовательской работы.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 72 часа, __2__ зачетных единиц

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры				
		4				
Аудиторные занятия (всего)	72/2					
В том числе:						
Лекции (Л)	16/0,4	16/0,4				
Практические занятия (ПЗ)	32/0,9	32/0,9				
Семинары (С)						
Лабораторные работы (ЛР)						
Самостоятельная работа студентов (СРС) (всего)	24/0,6	24/0,6				
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен) (указывается вид промежуточной аттестации)	зачет	зачет				
Общая трудоемкость час	72/2 з.ед.	72/2				

5. Структура и содержание дисциплины

5.1. Структура дисциплины

Очная форма обучения: аудиторные занятия – 72 ч. (16 ч. - лекции и 32 ч. – практические), самостоятельная работа -24ч., зачет – 2ч. Всего -72часа по плану.

Учебно-тематический план для студентов, обучающихся на очном отделении

№	Раздел	Семестр	Виды учебной работы				
72п/п	**Дисциплины и темы занятий**		**Всего часов**	**Лекции**	**Практические занятия**	**Самостоятельная работа**	**Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**

1	Здоровый образ жизни: понятие, структура. Цели и задачи программ воспитанию здорового образа жизни.	**4**	9/0,2	2/0,0	4/0,1	3/0,0	Реферат Подбор и аннотация источников Доклад с компьютерной презентацией
2	Психологические основы Ведения здорового образа жизни младшими школьниками.	**4**	9/0,2	2/0,0	4/0,1	3/0,0	Реферат
3	Основные элементы здорового образа жизни как культуры.	**4**	9/0,2	2/0,0	4/0,1	3/0,0	Доклад с компьютерной презентацией
4	Основные направления работы образовательного учреждения по формированию здорового образа жизни учащихся.	**4**	9/0,2	2/0,0	4/0,1	3/0,0	Опрос Реферат Презентация
5	Профилактика вредных привычек как основа воспитания здорового образа жизни школьников.	**4**	9/0,2	2/0,0	4/0,1	3/0,0	Дискуссия Доклад с презентацией
6	Организационные Формы воспитания здорового образа жизни младших школьников.	**4**	9/0,2	2/0,0	4/0,1	3/0,0	Подбор и аннотация источников
7	Принципы работы классного руководителя с родителями по воспитанию здорового образа жизни школьников.	**4**	9/0,2	2/0,0	4/0,1	3/0,0	Доклад с компьютерной презентацией
8	Контролируемая самостоятельная работа	**4**	9/0,2	2/0,0	4/0,1	3/0,0	Контрольная работа
	Итого		**72/2**	**16/0,4**	**32/0,8**	**24/0,6**	

5.2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.3.1 Занятия лекционного типа

№	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
1.	Здоровый образ жизни: понятие, структура. Цели и задачи программ по воспитанию здорового образа жизни.	Особенности формирования здорового образа жизни у младших школьников. Валеологический, культурологический и личностно-ориентированный подходы к формированию культуры ЗОЖ младших школьников. Цели и задачи программ по воспитанию ЗОЖ. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе.	Подбор и аннотация источников, Проверка конспектов
2.	Психологические основы ведения здорового образа жизни младшими школьниками**.**	Мотивы ведения здорового образа жизни младших школьников. Физическое и психическое здоровье. Методы укрепления собственного здоровья учащихся. Факторы риска и развитие социальных установок по воспитанию здорового образа жизни у младших школьников.	Подбор и аннотация источников, Проверка конспектов
3.	Основные элементы здорового образа жизни как культуры.	Составляющие понятия здорового образа жизни. Досуг и здоровый образ жизни. Гигиена труда и отдыха. Рациональное питание и здоровый образ жизни. Физическая культура и спорт, двигательный режим. Закаливание и прогулки на свежем воздухе. Организация режима дня младших школьников.	Подбор и аннотация источников, Проверка конспектов
4.	Основные направления работы образовательного учреждения по формированию здорового образа жизни учащихся.	Охрана здоровья учащихся в условиях 12летнего обучения в школе. Задачи школы по воспитанию ЗОЖ младших школьников. Основные направления работы по формированию ЗОЖ в школе: физкультурно-оздоровительное, реабилитационно-профилактическое, общегигиеническое, экологическое и культурно-просветительское.	Подбор и аннотация источников, Проверка конспектов
5.	Профилактика вредных привычек как основа воспитания здорового образа жизни школьников.	Вредные привычки и здоровый образ жизни. Социальные и психологические причины формирования вредных привычек у учащихся. Профилактика вредных привычек у младших школьников.	Подбор и аннотация источников, Проверка конспектов
6.	Организационные формы воспитания здорового образа жизни младших школьников.	Мероприятия, направленные на сохранение здоровья школьников в начальной школе. Диагностические методики сформированности понятий о здоровом образе жизни у младших школьников.	Подбор и аннотация источников, Проверка конспектов

7.	Принципы работы классного руководителя с родителями по воспитанию здорового образа жизни школьников.	Учет возрастных особенностей при обучении школьников навыкам здорового поведения. Координированная деятельность школы и семьи по воспитанию здорового образа жизни младших школьников. Изучение и сравнение особенностей поведения младшего школьника в школе и в семье. Принципы соблюдения младшими школьниками основных элементов ЗОЖ в условиях школы и семьи. Методики организации работы с родителями по воспитанию ЗОЖ: беседы, тренинги, психолого-педагогическое просвещение и т.д.	Подбор и аннотация источников, Проверка конспектов

2.3.2 Занятия семинарского типа

№	Наименование раздела	Тематика практических занятий (семинаров)	Форма текущего контроля
1	2	3	4
1.	Здоровый образ жизни: понятие, структура. Цели и задачи программ по воспитанию здорового образа жизни.	Особенности формирования здорового образа жизни у младших школьников. Валеологический, культурологический и личностно-ориентированный подходы к формированию культуры ЗОЖ младших школьников. Цели и задачи программ по воспитанию ЗОЖ. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе.	Реферат Подбор и аннотация источников Доклад с компьютерной презентацией
2.	Психологические основы ведения здорового образа жизни младшими школьниками.	Мотивы ведения здорового образа жизни младших школьников. Физическое и психическое здоровье. Методы укрепления собственного здоровья учащихся. Факторы риска и развитие социальных установок по воспитанию здорового образа жизни у младших школьников.	Реферат Дискуссия Собеседование Доклад с презентацией
3.	Основные элементы здорового образа жизни как культуры.	Составляющие понятия здорового образа жизни. Досуг и здоровый образ жизни. Гигиена труда и отдыха. Рациональное питание и здоровый образ жизни. Физическая культура и спорт, двигательный режим. Закаливание и прогулки на свежем воздухе. Организация режима дня младших школьников.	Реферат Подбор и аннотация источников

4.	Основные направления работы образовательного учреждения по формированию здорового образа жизни учащихся.	Охрана здоровья учащихся в условиях 12летнего обучения в школе. Задачи школы по воспитанию ЗОЖ младших школьников. Основные направления работы по формированию ЗОЖ в школе: физкультурно-оздоровительное, реабилитационно-профилактическое, общегигиеническое, экологическое и культурно-просветительское.	Опрос Реферат Собеседование Презентация
5.	Профилактика вредных привычек как основа воспитания здорового образа жизни школьников.	Вредные привычки и здоровый образ жизни. Социальные и психологические причины формирования вредных привычек у учащихся. Профилактика вредных привычек у младших школьников.	Дискуссия Собеседование Презентация
6.	Организационные формы воспитания здорового образа жизни младших школьников.	Мероприятия, направленные на сохранение здоровья школьников в начальной школе. Диагностические методики сформированности понятий о здоровом образе жизни у младших школьников.	Подбор и аннотация источников Реферат Собеседование
7.	Принципы работы классного руководителя с родителями по воспитанию здорового образа жизни	Учет возрастных особенностей при обучении школьников навыкам здорового поведения. Координированная деятельность школы и семьи по воспитанию здорового образа жизни	Реферат Дискуссия Подбор и аннотация источников
	школьников.	младших школьников. Изучение и сравнение особенностей поведения младшего школьника в школе и в семье. Принципы соблюдения младшими школьниками основных элементов ЗОЖ в условиях школы и семьи. Методики организации работы с родителями по воспитанию ЗОЖ: беседы, тренинги, психолого-педагогическое просвещение и т.д.	

2.3.3 Лабораторные занятия- *не предусмотрены*

2.3.4 Примерная тематика курсовых работ (проектов) - *не предусмотрены*

2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

№	Наименование раздела	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	2	3

1.	Здоровый образ жизни: понятие, структура. Цели и задачи программ по воспитанию здорового образа жизни.	1. Синицын Ю.Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Уроки здоровья: учебно-методическое пособие /Ю.Н. Синицын, Е.А. Дегтерев. – Кубанский госуниверситет, г. Краснодар, 2014. – 62с. 2. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учебное пособие для студентов вузов / А.М. Митяева. – 2-е изд., стер. –М.: Академия, 2010. – 188с
2.	Психологические основы ведения здорового образа жизни младшими школьниками.	1. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учебное пособие для студентов вузов / А.М. Митяева. – 2-е изд., стер. –М.: Академия, 2010. – 188с. 2. Синицын Ю.Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Уроки здоровья: учебно-методическое пособие /Ю.Н. Синицын, Е.А. Дегтерев. – Кубанский госуниверситет, г. Краснодар, 2014. – 62с.
3.	Основные элементы здорового образа жизни как культуры.	1. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учебное пособие для студентов вузов / А.М. Митяева. – 2-е изд., стер. –М.: Академия, 2010. – 188с. 2. Вайнер Э.Н. Валеология. [Электронный ресурс] М., 2011. Режим доступа: http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79501 3. Синицын Ю.Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Уроки здоровья: учебно-методическое пособие /Ю.Н. Синицын, Е.А. Дегтерев. – Кубанский госуниверситет, г. Краснодар, 2014. – 62с.
4.	Основные направления работы образовательного учреждения по формированию здорового образа жизни учащихся.	1. Вайнер Э.Н. Валеология. [Электронный ресурс] М., 2011. Режим доступа: http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79501 2. Синицын Ю.Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Уроки здоровья: учебно-методическое пособие /Ю.Н. Синицын, Е.А. Дегтерев. – Кубанский госуниверситет, г. Краснодар, 2014. – 62с. 3. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учебное пособие для студентов вузов / А.М. Митяева. – 2-е изд., стер. –М.: Академия, 2010. – 188с.
5.	Профилактика вредных привычек как основа воспитания здорового образа жизни школьников.	1. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учебное пособие для студентов вузов / А.М. Митяева. – 2-е изд., стер. –М.: Академия, 2010. – 188с. 2. Синицын Ю.Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Уроки здоровья: учебно-методическое пособие /Ю.Н. Синицын, Е.А. Дегтерев. – Кубанский госуниверситет, г. Краснодар, 2014. – 62с.

6.	Организационные формы воспитания здорового образа жизни младших школьников.	1. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учебное пособие для студентов вузов / А.М. Митяева. – 2-е изд., стер. –М.: Академия, 2010. – 188с. 2. Вайнер Э.Н. Валеология. [Электронный ресурс] М., 2011. Режим доступа: http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79501 3. Синицын Ю.Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Уроки здоровья: учебно-методическое пособие /Ю.Н. Синицын, Е.А. Дегтерев. – Кубанский госуниверситет, г. Краснодар, 2014. – 62с.
7.	Принципы работы классного руководителя с родителями по воспитанию здорового образа жизни школьников.	1. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учебное пособие для студентов вузов / А.М. Митяева. – 2-е изд., стер. –М.: Академия, 2010. – 188с. 2. Синицын Ю.Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Уроки здоровья: учебно-методическое пособие /Ю.Н. Синицын, Е.А. Дегтерев. – Кубанский госуниверситет, г. Краснодар, 2014. – 62с.

6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ОСВОЕНИИ ДИСЦИПЛИНЫ

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки реализация компетентностного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (деловых и ролевых игр, разбор конкретных ситуаций, психологические и иные тренинги и др.) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

6.1. Основные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины:

Для активного восприятия обучающимися новых сведений и обязательной обратной связи в ходе изложения материала используются диалоги с лектором, ответы на вопросы лектора, решение предлагаемых им методических задач, сопоставление, оценка различных ответов. Для наиболее разнообразного представления материала и стимуляции активности обучающихся на лекциях и практических занятиях привлекаются информационные технологии (презентации в **PowerPoint**, электронные словари, энциклопедии и другие электронные ресурсы). Для развития самостоятельной активности в изучении материала студентам предлагается использование Интернет-ресурсов (электронных каталогов, специализированных порталов и сайтов), подготовка к участию в дискуссиях по предлагаемым темам курса, выступление с докладами.

6.2. Информационные технологии, применяемые при изучении дисциплины

- Использование информационных ресурсов, доступных в информационно-телекоммуникационной сети Интернет;
- Электронное сопровождение лекций (редактор презентаций);
- Составление и редактирование текстов при помощи текстовых редакторов;
- Проверка файла работы на заимствования с помощью ресурса «Антиплагиат»;
- Система электронного обучения ЧГПУ.

1. www.biblioclub.ruc
2. http://sibrc.tsu.ru/modules.php?m=1 Образовательные ресурсы
3. http://festival.1september.ru/ Открытый фестиваль педагогических идей.
4. http://www.pedlib.ru/ Педагогическая библиотека.
5. http://school.holm.ru/ Школьный мир. Каталог образовательных ресурсов.
6. http://www.trizminsk.org/ Педагогические проблемы.
7. http://feb-web.ru/ Фундаментальная электронная педагогика.
8. http://portfolio.1september.ru/ Портфолио. Фестиваль исследовательских и творческих работ учащихся.

6.3. Адаптивные технологии, применяемые при изучении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

При изучении дисциплины студентами с инвалидностью и студентами с ограниченными возможностями здоровья могут использоваться следующие адаптивные технологии:

Учет ведущего способа восприятия учебного материала. При нарушениях зрения студенту предоставляется возможность использования учебных и раздаточных материалов, напечатанных укрупненным шрифтом, использование опорных конспектов для записи лекций, предоставления учебных материалов в электронном виде для последующего прослушивания, аудиозапись. При нарушениях слуха студенту предоставляется возможность занять удобное место в аудитории, с которого в максимальной степени обеспечивается зрительный контакт с преподавателем во время занятий, использования наглядных опорных схем на лекциях для облегчения понимания материала, преимущественное выполнение учебных заданий в письменной форме (письменный опрос, тестирование, контрольная работа, подготовка рефератов и др.)

Увеличение времени на анализ учебного материала. При необходимости для подготовки к ответу на практическом (семинарском) занятии, к ответу на зачете, экзамене, выполнению тестовых заданий студентам с инвалидностью и студентам с ограниченными возможностями здоровья среднее время увеличивается в 1,5 – 2 раза по сравнению со средним временем подготовки обычного студента. Создание благоприятной, эмоционально-комфортной атмосферы при проведении занятий, консультаций, промежуточной аттестации. При взаимодействии со студентом с инвалидностью, студентом с ограниченными возможностями здоровья учитываются особенности его психофизического состояния, самочувствия, создаются условия, способствующие повышению уверенности в собственных силах. При неудачах в освоении учебного материала, студенту с инвалидностью, студенту с ограниченными возможностями здоровья даются четкие рекомендации по дальнейшей работе над изучаемой дисциплиной (разделом дисциплины, темой).

Студенты-инвалиды и лица с ОВЗ имеют возможность в свободном доступе и в удобное время работать с электронными учебными пособиями, размещенными на официальном сайте http://library.sgu.ru/ которая объединяет в базе данных учебно-методические материалы – полнотекстовые учебные пособия и хрестоматийные, тестовые и развивающие программы по общегуманитарным, естественнонаучным и специальным дисциплинам.

7. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Согласно Положению о балльно-рейтинговой системе в Университете установлена следующая шкала перевода рейтинговых баллов в 5 – балльную систему оценивания:

52–70 баллов – «удовлетворительно»;

71–85 баллов – «хорошо»;

86–100 баллов – «отлично».

В течение семестра проводятся две промежуточные аттестации на 8-й и 16-й неделе, а также итоговая аттестация в экзаменационную сессию:

-за 1 – ю промежуточную аттестацию – 30 баллов;

-за 2 – ю промежуточную аттестацию – 30 баллов;

-за итоговую аттестацию (зачет/экзамен) - 30 баллов;

-премиальные баллы-10 баллов.

В связи с графиком проведения промежуточной аттестации по дисциплине, предлагается письменная аттестационная работа в виде тестов. Оценочные средства для к 1-й и 2-й промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости по итогам освоения дисциплины в Приложении «Фонды оценочных средств дисциплины».

8. МАТЕРИАЛЬНО–ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА

Для обеспечения освоения дисциплины аудитория № 3-02 содержит:

– учебники и учебные пособия;
– таблицы;
– дидактический и раздаточный материал;
– конспекты уроков по предмету;
– наглядные пособия.

Для обеспечения данной дисциплины аудитория № 3-16:

- компьютерный класс с доступом в Интернет.

Для обеспечения данной дисциплины аудитория № 3-22:

- аудитория с мультимедийной установкой.

Для обеспечения освоения дисциплины читальный зал содержит:

- хрестоматии;
- учебные пособия;
- школьные учебники;
- периодику.

9.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

ФГБОУ ВО Чеченский государственный педагогический университет

КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ УЧЕБНОЙ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ

Учебная дисциплина Б1.В. ДВ.02.02. «Практикум по формированию здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста»

Кафедра методик начального образования

Форма обучения: очная: __3__ курс ___5___семестр

Направление подготовки (профиль, специальность) __ 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили «Начальное образование и Иностранный (английский) язык».

Основная литература

1. Вайнер Э.Н. Валеология. М., 2010.
2. Здоровый образ жизни в современной школе. Ростов-на-Дону: Феникс, 2011.
3. Вайнер Э.Н. Валеология. [Электронный ресурс] М., 2011. Режим доступа: http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79501
4. Вайнер Э.Н., Волынская Е.В. Валеология. Учебник [Электронный ресурс] 2011.– 448с. Режим доступа: http://e.lanbook.com/view/book/2396/
5. Воронова Е.А. Здоровый образ жизни в современной школе: программы, мероприятия, игры/ Е.А. Воронова. – Нац. проект «Образование». – Изд. 4-е, перераб. – Ростов н/Д: Феникс, 2011. – 179с.
6. Куркович А.О. Здоровый образ жизни, – Москва: Овал, 2010. – 233с.
7. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учебное пособие для студентов вузов / А.М. Митяева. – 2-е изд., стер. –М.: Академия, 2010. – 188с.
8. Овчинникова Л.В. Двигательная активность – неотъемлемый компонент развития личности младшего школьника [Электронный ресурс] / Л.В. Овчинникова // Режим доступа: http://www.conf.muh.ru/ 071025/ thesis_32. htm.
9. Синицын Ю.Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Уроки здоровья: учебно-методическое пособие /Ю.Н. Синицын, Е.А. Дегтерев. – Кубанский госуниверситет, г. Краснодар, 2014. – 62с.

5.2 Дополнительная литература:

1. Амосов Н.М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья, – Москва: Сталкер, 2008. – 502с.
2. Бальсевич В.К. Не упустите время! // Здоровье, 2008. – №8.
3. Баль Л.В., Ветрова В.В. Букварь здоровья. – М., 2006.
4. Березин И.П., Дергачев Ю.В. Школа здоровья. – Минск: Высшейшая школа, 2008. – 303с.
5. Буцкина Д.К. Младший школьник, - Москва: Аверсев, 2008. – 152с.
6. Васильева Т.П. Воспитание здорового образа жизни у младших школьников. Автореферат на соискание степени кандидата педагогических наук. – М., 2000
7. Виленский М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учеб.пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. – М.: Гардарики, 2007. – 218 с.
8. Грач И.С. Здоровый образ жизни: Сущность понятия и содержание работы по его формированию /И.С. Грач // Образование. – 2002. – № 5.–С.88-91.– (Здоровье и образование).
9. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья» Москва, «ВАКО». – 2007 г.
10. Евсеева О.Л. Валеологический праздник «День здоровья». – // Завуч в начальной школе, 2008. –№3.
11. Жирова Т.М. Развитие ценностей здорового образа жизни школьников. Москва.: Панорама, 2008. – 144 с.
12. Запорожченко В. Г. Образ жизни и вредные привычки. Москва.: Медицина, 2009. – 132 с.
13. Зудина Р.О. Пароль в страну здоровья. Москва.: Физкультура и спорт, 2008. 112 с.
14. Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. – С.-Петербург, 2008.
15. Зайцев Г.К. Уроки Айболита. – С.-Петербург, 2006.

16. Игнатова Л.Ф. Мониторинг состояния здоровья и факторов риска детского населения /Л.Ф. Игнатова // Школа здоровья. – 2003. – Т. 4, №3. – С.74 – 79.

17. Колесов В. Д. Предупреждение вредных привычек у школьников. Москва.: Педагогика, 2008.– 176 с.

18. Ковалько В.И. «Здоровьесберегающие технологии…» Москва, «ВАКО».–

2007 г. 19. Куликова Н. В. Здоровый образ жизни : учеб.пособие : часть 1. / Н.В. Куликова, Т. И. Селиванова, Н. В. Моргалева. – Томск : издательство Томского государственного педагогического университета, 2007. – 96 с.

20. Климова В. И. Человек и его здоровье. Москва.: Знание, 2007. –192с.

21. Лебедева Н.И. Формирование здорового образа жизни младших школьников. Москва.: ИВЦ Минфина, 2008. – 112 с.

22. Литвинова Л.С. Нравственно-экологическое воспитание учащихся. Методика. 5-11 класс, - Москва: Луч, 2006. – 232с.

23. Минькина А.А. Прощай, XX век. – // Классный руководитель, 2008. – №1.

24. Минькина А.А. Прощай, XX век. – // Классный руководитель, 2008. – №1.

25. Панкратьева Н. В. и др. Здоровье – социальная ценность: Вопросы и ответы. Москва.: Мысль, 2007. 236 с.

26. Составитель Долгопол О.Н. «Работа с родителями по профилактике наркоманов у детей и подростков» К-д, КОИПК и ПРО. – 2005.

27. Хрипкова А.Г., Колесов Д.В. Гигиена и здоровье школьника. – М., 2007. **5.3. Периодические издания:**

1. Ежемесячный научно-методический журнал «Начальная школа»
2. «Завуч начальной школы»
3. Библиотека «Первого сентября «Начальная школа»
4. «Начальное образование»
5. «Мониторинг и стандарты»
6. «Информационный вестник»

6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. www.biblioclub.ruc

2.http://sibrc.tsu.ru/modules.php?m=1 Образовательные ресурсы

9. http://festival.1september.ru/ Открытый фестиваль педагогических идей.

10. http://www.pedlib.ru/ Педагогическая библиотека.

11. http://school.holm.ru/ Школьный мир. Каталог образовательных ресурсов.

12. http://www.trizminsk.org/ Педагогические проблемы.

13. http://feb-web.ru/ Фундаментальная электронная педагогика.

14. http://portfolio.1september.ru/ Портфолио. Фестиваль исследовательских и творческих работ учащихся.

15. http://scholar.urc.ac.ru/courses/Technology/index.html Новые педагогические технологии

16. http://www.library.ru/ Виртуальная библиотека.

17. http://pedlib.ru/ Педагогическая библиотека.

18. http://www.nlr.ru/ Российская национальная библиотека.

19. http://www.nlr.ru/ Педагогика. Электронный путеводитель по справочным и образовательным ресурсам.

20. http://mon.gov.ru/ Сайт министерства образования и науки РФ

11. Лист регистрации изменений в РПД

№ изме-нения	Элемент РПД			Основание для изменения	Подпись	Расшифровка	Дата
	заменённый	новый	аннулированный				
1.							
2.							
3.							
4.							

Фонд оценочных средств

Б1.В.ДВ.02.02. «Практикум по формированию здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста»

Направление подготовки

44.03.05 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Профили подготовки:

Начальное образование и Иностранный (английский) язык»

Квалификация выпускника

Бакалавр

Форма обучения: очная

Грозный, 2020

1.Карта компетенций
общепрофессиональные компетенции

Код и наименование универсальной компетенции	**Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции**
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.
УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	УК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих. УК-8.2. Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

2. Матрица компетенций

Разделы (темы) дисциплина **Компетенции**	УК-7	УК-8
Здоровый образ жизни: понятие, структура. Цели и задачи программ воспитанию здорового образа жизни.	+	+
Психологические основы Ведения здорового образа жизни младшими школьниками.		+
Основные элементы здорового образа жизни как культуры.	+	+
Основные направления работы образовательного учреждения по формированию здорового образа жизни учащихся.		+
Профилактика вредных привычек как основа воспитания здорового образа жизни школьников	+	+
Организационные	+	+

Формы воспитания здорового образа жизни младших школьников.		
Принципы работы классного руководителя с родителями по воспитанию здорового образа жизни школьников.	+	+

3. Показатели оценивания планируемых результатов обучения

Шкала оценивания, показатели и критерии оценивания образовательных результатов обучающегося во время текущей аттестации

Шкала оценивания	Показатели и критерии оценивания
5, «отлично»	Оценка «отлично» ставится, если студент строит ответ логично в соответствии с планом, показывает максимально глубокие знания профессиональных терминов, понятий, категорий, концепций и теорий. Устанавливает содержательные межпредметные связи. Развернуто аргументирует выдвигаемые положения, приводит убедительные примеры.
4, «хорошо»	Оценка «хорошо» ставится, если студент строит свой ответ в соответствии с планом. В ответе представлены различные подходы к проблеме, но их обоснование недостаточно полно. Устанавливает содержательные межпредметные связи. Развернуто аргументирует выдвигаемые положения, приводит необходимые примеры, однако показывает некоторую непоследовательность анализа. Выводы правильны. Речь грамотна, используется профессиональная лексика.
3, «удовлетворительно»	Оценка «удовлетворительно» ставится, если ответ недостаточно логически выстроен, план ответа соблюдается непоследовательно. Студент обнаруживает слабость в развернутом раскрытии профессиональных понятий. Выдвигаемые положения декларируются, но недостаточно аргументированы. Ответ носит преимущественно теоретический характер, примеры ограничены, либо отсутствуют.
2, «неудовлетворительно»	Оценка «неудовлетворительно» ставится при условии недостаточного раскрытия профессиональных понятий, категорий, концепций, теорий. Студент проявляет стремление подменить научное обоснование проблем рассуждениями обыденно-повседневного бытового характера. Ответ содержит ряд серьезных неточностей. Выводы поверхностны

Шкала оценивания, показатели и критерии оценивания образовательных результатов обучающегося во время промежуточной аттестации

Оценка экзамена (нормативная)	**Показатели и критерии оценивания образовательных результатов**
гр.1	*гр.2*
5, отлично	**Оценка «5 (отлично)»** выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал и демонстрирует это на занятиях и экзамене, исчерпывающе,

Оценка экзамена (нормативная)	**Показатели и критерии оценивания образовательных результатов**
гр.1	*гр.2*
	последовательно, чётко и логически стройно излагал его, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний. Причем обучающийся не затруднялся с ответом при видоизменении предложенных ему заданий, использовал в ответе материал учебной и монографической литературы, в том числе из дополнительного списка, правильно обосновывал принятое решение. **Учебные достижения** в семестровый период и результаты рубежного контроля демонстрировали **высокую степень овладения программным материалом**. **Рейтинговые баллы** назначаются обучающемуся с учётом баллов текущей (на занятиях) и промежуточной (экзамен) аттестации. **Компетенции**, закреплённые за дисциплиной, **сформированы на уровне – высокий**.
4, хорошо	**Оценка «4, (хорошо)»** выставляется обучающемуся, если он твёрдо знает материал, грамотно и по существу излагает его на занятиях и экзамене, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приёмами их выполнения. **Учебные достижения** в семестровый период и результаты рубежного контроля демонстрируют **хорошую степень овладения программным материалом**. **Рейтинговые баллы** назначаются обучающемуся с учётом баллов текущей (на занятиях) и промежуточной (экзамен) аттестации. **Компетенции**, закреплённые за дисциплиной, **сформированы на уровне – хороший (средний)**.
3, удовлетворительно	**Оценка «3 (удовлетворительно)»** выставляется обучающемуся, если он имеет и демонстрирует знания на занятиях и экзамене только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ. **Учебные достижения** в семестровый период и результаты рубежного контроля демонстрируют **достаточную (удовлетворительную) степень овладения программным материалом**.

Оценка экзамена (нормативная)	**Показатели и критерии оценивания образовательных результатов**
гр.1	*гр.2*
	Рейтинговые баллы назначаются обучающемуся с учётом баллов текущей (на занятиях) и промежуточной (экзамен) аттестации. **Компетенции**, закреплённые за дисциплиной, **сформированы на уровне – достаточный**.
2, не удовлетворительно	**Оценка «2 (не удовлетворительно)»** выставляется обучающемуся, который не знает большей части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы на занятиях и экзамене. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится обучающимся, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине. **Учебные достижения** в семестровый период и результаты рубежного контроля демонстрируют **невысокую (недостаточную) степень овладения программным материалом**. **Рейтинговые баллы** назначаются обучающимся с учётом баллов текущей (на занятиях) и промежуточной (экзамен) аттестации. **Компетенции**, закреплённые за дисциплиной, **не сформированы**.

Шкала оценивания, показатели и критерии оценивания образовательных результатов обучающегося на зачете по дисциплине

Результат зачета	**Показатели и критерии оценивания образовательных результатов**
гр.1	*гр.2*
зачтено	**Результат «зачтено»** выставляется обучающемуся, если рейтинговая оценка (средний балл) его текущей аттестации по дисциплине входит в данный диапазон. При этом, обучающийся на учебных занятиях и по результатам самостоятельной работы демонстрировал знание материала, грамотно и по существу излагал его, не допускал существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применял использовал в ответах учебно-методический материал исходя из специфики практических вопросов и задач, владел необходимыми навыками и приёмами их выполнения. **Учебные достижения** в семестровый период и результаты рубежного контроля демонстрируют **высокую** (15....13) **/хорошую** (12..10) / **достаточную** (9…7) **степень овладения программным материалом**.

Результат зачета	Показатели и критерии оценивания образовательных результатов
гр.1	*гр.2*
	Рейтинговые баллы назначаются обучающемуся как среднеарифметическое рейтинговых оценок по текущей аттестации (на занятиях и по результатам выполнения контрольных заданий) и промежуточной (экзамен) аттестации. Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне от достаточного до высокого.
не зачтено	**Результат «не зачтено»** выставляется обучающемуся, если рейтинговая оценка (средний балл) его текущей аттестации по дисциплине входит в данный диапазон. При этом, обучающийся на учебных занятиях и по результатам самостоятельной работы демонстрирует незнание значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Как правило, «не зачтено» ставится обучающимся, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине. **Учебные достижения** в семестровый период и результаты рубежного контроля демонстрируют **невысокую (недостаточную) степень овладения программным материалом**. **Рейтинговые баллы** назначаются обучающемуся как среднеарифметическое рейтинговых оценок по текущей аттестации (на занятиях и по результатам выполнения контрольных заданий) и промежуточной (экзамен) аттестации. Компетенции, закреплённые за дисциплиной, **не сформированы**

4. Оценочные средства

4.1. Текущий контроль

Цели: проверка качества усвоения студентами теоретических и практических знаний по данной дисциплине.

Формы: устный опрос и индивидуальные письменные задания на практических занятиях, устный и письменный анализ фактического материала по тематике курса, проверка самостоятельной работы студентов.

Вопросы текущего контроля успеваемости на семинарах (практических занятиях)

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика процедуры оценивания компетенций	Представление оценочного средства в фонде
1	ОС-1. Творческое задание	1.Оформление "Паспорта здоровья школьника" с использованием методической литературы: 1. Русинова С.И. "Паспорт здоровья школьника", Казань, 2010. 2. "Индивидуальные медицинские карты здоровья школьника. Группы здоровья". 3. "Национальный календарь прививок Министерства здравоохранения". 4. Материалы из интернет-ресурсов: Сайт Минобр. науки "Паспорт здоровья школьника". 2. Анализ школьного меню (обеда) младших школьников.	Критерии оценивания
2	ОС-2 Доклад с компьютерной е-зентацией	Темы: Функциональное проявление здоровья при разных формах деятельности младших школьников Сколиоз. Профилактика сколиоза у школьников. Плоскостопие. Профилактика плоскостопия у школьников. Организация рабочего места ученика, оценка правильности рабочей позы. Расстановка мебели и рассаживание учащихся в классе. Световой режим школьных помещений. Способы релаксации детей и подростков Аутогенная тренировка Способы реабилитации школьников инвалидов	Критерии оцени-вания

3	ОС-3. Круглый стол (дискуссия)	Перечень дискуссионных тем для круглого стола: 1.Функциональное проявление здоровья школьника. 2.Статистика здоровья. 3.Школьные формы патологии и их профилактика 4. Факторы риска и рациональное питание школьника. Принципы диетического питания школьников. 5.Профилактика заболеваний желудочнокишечного тракта у школьников".	Критерии оценивания
4	ОС-4. Эссе	Темы: 1) Психофизиологические особенности детей младшего школьного возраста. 2) Профилактика нарушений высшей нервной деятельности у младших школьников 3) Понятие здоровья, критерии и составляющие здоровья. 4) Факторы, определяющие здоровье человека (наследственность, экология, образ жизни, здравоохранение).	Критерии оценивания
5	ОС-5. Зачет	Устное собеседование по вопросам	Комплект примерных вопросов к экзамену

Задания для самостоятельной работы

1. Анализ подходов к проблеме воспитания здорового образа жизни младших школьников в образовательном процессе начальной школы.
2. Составление схемоконспектов по лекционным материалам.
3. Подготовка докладов и презентаций по темам изучаемого курса.
4. Подготовка и защита рефератов.
5. Подготовка к дискуссии по темам изучаемых разделов с использованием мозгового штурма и интерактивных игр.

Примерные темы дискуссий, собеседований

1. Формы и методы формирования знаний о здоровом образе жизни у младших школьников.
2. Принципы и направления работы школы по формированию ЗОЖ у младших школьников.

3. Организация здорового образа жизни младших школьников в семье.
4. Негативные факторы в развитии здорового образа жизни младших школьников.
5. Профилактика вредных привычек у младших школьников.

Тематика рефератов

1. Теоретические основы формирования у младших школьников знаний о здоровом образе жизни.
2. Сущность понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Составляющие здорового образа жизни (ЗОЖ) младшего школьника.
3. Формы и методы формирования знаний о здоровом образе жизни у младших школьников.
4. Здоровьесберегающая организация учебного процесса.
5. Технология ведения дневника здоровья для младших школьников.
6. Принципы и направления работы школы по формированию ЗОЖ у младших школьников.
7. Методы формирования ЗОЖ у младших школьников.
8. Профессиональная подготовка педагога к воспитанию здорового образа жизни у младших школьников во взаимодействии с семьей.
9. Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни у детей младшего школьного возраста.
10. Развитие проблемы воспитания здорового образа жизни в психологопедагогических науках.
11. История развития учения о здоровье.
12. Воспитательный потенциал пространства физической культуры и спорта в школе.
13. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе, их функции, виды, основополагающие принципы и компоненты.
14. Формирование потребности к здоровому образу жизни у младших школьников.
15. Рациональное питание и здоровый образ жизни.
16. Игровые формы работы как фактор формирования здорового образа жизни младших школьников.
17. Воспитание здорового образа жизни младших школьников во внеурочной деятельности: направления и формы.
18. Организация здорового образа жизни младших школьников в семье.
19. Анализ программ здоровьесбережения в начальной школе.
20. Негативные факторы в развитии здорового образа жизни младших школьников.
21. Влияние психоактивных веществ на здоровье человека.
22. Способы профилактики нарушений осанки, близорукости у детей.
23. Профилактика утомления у школьников в процессе учебной деятельности.

4.2 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Вопросы к зачету

1. Здоровый образ жизни: понятие, компоненты здоровья – физический, психический, духовный и социальный. Взаимосвязь видов здоровья.
2. Особенности формирования здорового образа жизни у младших школьников.
3. Психологические основы ведения здорового образа жизни младшими школьниками.
4. Цель и задачи программ по воспитанию здорового образа жизни.
5. Основные направления работы образовательного учреждения по

формированию здорового образа жизни учащихся

6. Диагностические методики сформированности понятий о здоровом образе жизни у младших школьников.
7. Факторы риска и развитие социальных установок по воспитанию здорового образа жизни у младших школьников.
8. Роль генетических факторов в формировании здоровья человека.
9. Значение медицинской помощи в формировании здоровья человека.
10. Понятие образа жизни. Факторы, определяющие здоровый образ жизни.
11. Основные компоненты ЗОЖ: двигательная активность, гигиена, поведение, рациональное питание, общение и т.д.
12. Методы и приемы формирования понятий здорового образа жизни.
13. Возраст и здоровье. Индивидуальность здорового образа жизни – основной закон физкультурно-оздоровительной деятельности.
14. Понятие психического здоровья. Причины нарушения психического здоровья.
15. . Эмоции и здоровье. Роль эмоций в жизнедеятельности человека.
16. Учет возрастных особенностей при обучении школьников навыкам здорового поведения.
17. Организационные формы воспитания здорового образа жизни младших школьников.
18. Основные элементы здорового образа жизни как культуры.
19. Составляющие понятия здорового образа жизни.
20. Досуг и здоровый образ жизни.
21. Гигиена труда и отдыха.
22. Рациональное питание и здоровый образ жизни.
23. Физическая культура и спорт, двигательный режим.
24. Закаливание и прогулки на свежем воздухе.
25. Вредные привычки и здоровый образ жизни.
26. Мероприятия, направленные на сохранение здоровья школьников.
27. Игровые формы работы с младшими школьниками, как фактор формирования здорового образа жизни.

28. Принципы работы классного руководителя с родителями по воспитанию здорового образа жизни школьников.

29. Методы укрепления собственного здоровья учащихся.

30. Мотивы ведения здорового образа жизни учащихся.

31. Организация режима дня младших школьников.

32. Профилактика вредных привычек как основа воспитания здорового образа жизни школьников.

5.1 Основная литература:

1. Вайнер Э.Н. Валеология. М., 2010.
2. Здоровый образ жизни в современной школе. Ростов-на-Дону: Феникс, 2011. Вайнер Э.Н. Валеология. [Электронный ресурс] М., 2011. Режим доступа:
3. http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79501
4. Вайнер Э.Н., Волынская Е.В. Валеология. Учебник [Электронный ресурс] 2011.–448с. Режим доступа: http://e.lanbook.com/view/book/2396/
5. Воронова Е.А. Здоровый образ жизни в современной школе: программы, мероприятия, игры/ Е.А. Воронова. – Нац. проект «Образование». – Изд. 4-е, перераб. – Ростов н/Д: Феникс, 2011. – 179с.
6. Куркович А.О. Здоровый образ жизни, – Москва: Овал, 2010. – 233с.
7. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учебное пособие для студентов вузов / А.М. Митяева. – 2-е изд., стер. –М.: Академия, 2010. – 188с.
8. Овчинникова Л.В. Двигательная активность – неотъемлемый компонент развития личности младшего школьника [Электронный ресурс] / Л.В. Овчинникова // Режим доступа: http://www.conf.muh.ru/ 071025/ thesis_32. htm.
9. Синицын Ю.Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Уроки здоровья: учебно-методическое пособие /Ю.Н. Синицын, Е.А. Дегтерев. – Кубанский госуниверситет, г. Краснодар, 2014. – 62с.

5.2 Дополнительная литература:

1. Амосов Н.М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья, – Москва: Сталкер, 2008. – 502с.
2. Бальсевич В.К. Не упустите время! // Здоровье, 2008. – №8.
3. Баль Л.В., Ветрова В.В. Букварь здоровья. – М., 2006.
4. Березин И.П., Дергачев Ю.В. Школа здоровья. – Минск: Высшейшая школа, 2008. – 303с.
5. Буцкина Д.К. Младший школьник, - Москва: Аверсев, 2008. – 152с.
6. Васильева Т.П. Воспитание здорового образа жизни у младших школьников. Автореферат на соискание степени кандидата педагогических наук. – М., 2000
7. Виленский М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента :
8. учеб.пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. – М.: Гардарики, 2007. – 218 с.

9. Грач И.С. Здоровый образ жизни: Сущность понятия и содержание работы по его формированию /И.С. Грач // Образование. – 2002. – № 5.–С.88-91.– (Здоровье и образование).
10. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья» Москва, «ВАКО». – 2007 г.
11. Евсеева О.Л. Валеологический праздник «День здоровья». – // Завуч в начальной школе, 2008. –№3.
12. Жирова Т.М. Развитие ценностей здорового образа жизни школьников. Москва.: Панорама, 2008. – 144 с.
13. Запорожченко В. Г. Образ жизни и вредные привычки. Москва.: Медицина, 2009. – 132 с.
14. Зудина Р.О. Пароль в страну здоровья. Москва.: Физкультура и спорт, 2008. 112 с.
15. Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. – С.-Петербург, 2008.
16. Зайцев Г.К. Уроки Айболита. – С.-Петербург, 2006.
17. Игнатова Л.Ф. Мониторинг состояния здоровья и факторов риска детского населения /Л.Ф. Игнатова // Школа здоровья. – 2003. – Т. 4, №3. – С.74 – 79.
18. Колесов В. Д. Предупреждение вредных привычек у школьников. Москва.: Педагогика, 2008.– 176 с.
19. Ковалько В.И. «Здоровьесберегающие технологии…» Москва, «ВАКО».–
20. 2007 г.
21. Куликова Н. В. Здоровый образ жизни : учеб.пособие : часть 1. / Н.В. Куликова, Т. И. Селиванова, Н. В. Моргалева. – Томск : издательство Томского государственного педагогического университета, 2007. – 96 с.
22. Климова В. И. Человек и его здоровье. Москва.: Знание, 2007. –192с.
23. Лебедева Н.И. Формирование здорового образа жизни младших школьников. Москва.: ИВЦ Минфина, 2008. – 112 с.
24. Литвинова Л.С. Нравственно-экологическое воспитание учащихся. Методика. 5-11 класс, - Москва: Луч, 2006. – 232с.
25. Минькина А.А. Прощай, XX век. – // Классный руководитель, 2008. – №1.
Минькина А.А. Прощай, XX век. – // Классный руководитель, 2008. – №1.
Панкратьева Н. В. и др. Здоровье – социальная ценность: Вопросы и ответы. Москва.: Мысль, 2007. 236 с.
26. Составитель Долгопол О.Н. «Работа с родителями по профилактике наркоманов у детей и подростков» К-д, КОИПК и ПРО. – 2005.

Хрипкова А.Г., Колесов Д.В. Гигиена и здоровье школьника. – М., 2007.

5.3. Периодические издания:

7. Ежемесячный научно-методический журнал «Начальная школа»
8. «Завуч начальной школы»
9. Библиотека «Первого сентября «Начальная школа»
10. «Начальное образование»
11. «Мониторинг и стандарты»
12. «Информационный вестник»

6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. www.biblioclub.ruc

2.http://sibrc.tsu.ru/modules.php?m=1 Образовательные ресурсы

21. http://festival.1september.ru/ Открытый фестиваль педагогических идей.

22. http://www.pedlib.ru/ Педагогическая библиотека.

23. http://school.holm.ru/ Школьный мир. Каталог образовательных ресурсов.

24. http://www.trizminsk.org/ Педагогические проблемы.

25. http://feb-web.ru/ Фундаментальная электронная педагогика.

26. http://portfolio.1september.ru/ Портфолио. Фестиваль исследовательских и творческих работ учащихся.

27. http://scholar.urc.ac.ru/courses/Technology/index.html Новые педагогические технологии

28. http://www.library.ru/ Виртуальная библиотека.

29. http://pedlib.ru/ Педагогическая библиотека.

30. http://www.nlr.ru/ Российская национальная библиотека.

31. http://www.nlr.ru/ Педагогика. Электронный путеводитель по справочным и образовательным ресурсам.

32. http://mon.gov.ru/ Сайт министерства образования и науки РФ

7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

В процессе работы на лекциях бакалавр знакомится с разделами курса, основными направлениями в организации воспитания здорового образа жизни младших школьников. При подготовке к семинарам студент изучает научные труды по проблемам воспитания здорового образа жизни в начальной школе, учится выделять актуальные проблемы и обосновывать их, сравнивает различные подходы к организации здорового образа жизни в условиях начального образования. Также он учится анализировать полученную научную информацию для подготовки реферата, сообщения, эссе. К выполнению рефератов, как к научному докладу, предъявляются определенные требования, которые студент должен учитывать в процессе подготовки к семинарским занятиям.

Реферат представляет собой доклад на определенную тему или краткое изложение (обзор) содержания монографий, научных работ, результатов исследований, архивных и статистических данных и других источников с основными выводами и предложениями.

Реферирование предполагает, главным образом, изложение чужих точек зрения, сделанных другими учеными выводов. Однако можно высказывать и свою точку зрения по освещаемому вопросу, хотя бы в гипотетической форме, как предположение, которое может быть исследовано, доказано и аргументировано впоследствии.

Реферат преследует цель выработки своего отношения к изучаемой проблеме.

Работа над рефератом начинается с определения основных направлений разработки выбранной темы. Целесообразно логически разделить ее на два-три основных раздела, а затем, исходя из намеченного круга проблем, подобрать литературу.

В выполнение подготовки реферата входит самостоятельный поиск студентом литературы по обозначенной теме. Умение сформировать список литературы по

исследуемой теме реферата, способствующей широте освещения материала, учитывается и влияет на оценку положительно. Реферат должен содержать необходимый справочный аппарат и иметь соответствующее оформление.

В процессе семинарских занятий студент получает дополнительные вопросы для обсуждения по следующим темам:

Тема 1 «Здоровый образ жизни и его компоненты».

Понятие «здоровый образ жизни». Компоненты здорового образа жизни. Оценка эффективности образа жизни. Рациональное питание, его принципы. Концепция сбалансированного питания. Идеальная и нормальная масса тела. Двигательная активность и нормы для разных возрастных категорий. Физиологические основы физической культуры человека. Гиподинамия. Иммунитет и здоровье. Классификация защитных механизмов. Физиология иммунитета. Факторы риска иммунитета. Общая характеристика стресса. Психические, поведенческие и висцеральные проявления стресса. Приемы поведенческой антистрессорной защиты. Вредные привычки и болезни химической зависимости. Табакозависимость и способы ее преодоления. Алкогольная зависимость. Понятие психоактивных веществ.

Тема 2 «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе».

Понятие технологии. Типы технологии. Отличительные особенности технологий от методик обучения и воспитания. Уровни функционирования педагогических технологий. Здоровьесберегающие технологии, ихфункции, виды, основополагающие принципыи компоненты. Здоровьесберегающие технологии: обеспечение двигательной активности, основы здорового питания, формирование навыков здорового питания, организация здорового питания, профилактические прививки, витаминизация. Оздоровительные технологии: физическая подготовка, закаливание, арт-терапия, массаж, фитотерапия и др. Здоровьесберегающая организация учебного процесса. Школьный урок, его воздействие на здоровье учащихся. Формирование культуры здоровья школьников. Технологии обучения здоровью. Программы Л.Г. Татарниковой «Я и мое здоровье», Н.Ф. Базарного «Сенсорная свобода и психомоторного раскрепощения» и другие.

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) (при необходимости)

8.1 Перечень информационных технологий

– Проверка домашних заданий и консультирование посредством электронной почты.

– Использование электронных презентаций при проведении практических занятий. **8.2 Перечень необходимого программного обеспечения.**

1. Операционная система MS Windows.
2. Интегрированное офисное приложение MSOffice.
3. Программное обеспечение для организации управляемого коллективного и безопасного доступа в Интернет.

8.3 Перечень необходимых информационных справочных систем

1. Электронная библиотечная система "Университетская библиотека ONLINE".
1. Электронная библиотечная система издательства "Лань".
2. Электронная библиотечная система "ZNANIUM.COM".

3. Scopus – мультидисциплинарная реферативная база данных.
6.Web of Science (WoS) – база данных научного цитирования.
7. Электронная библиотека "Издательского дома "Гребенников".
8. Научная электронная библиотека (НЭБ).
9. Университетская информационная система РОССИЯ (УИС Россия).
10. Электронная Библиотека Диссертаций.
11. Электронная коллекция Оксфордского Российского Фонда.
12. Электронная библиотечная система "РУКОНТ".
13. База информационных потребностей Куб ГУ.
14. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» (http://www.consultant.ru) 25. Электронная библиотечная система eLIBRARY.RU (http://www.elibrary.ru)/**9.**

9. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательногопроцесса по дисциплине (модулю)

№	Вид работ	Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) и оснащенность
1.	Лекционные занятия	Лекционная аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук, …) и соответствующим программным обеспечением (ПО) ….
2.	Семинарские занятия	Специальное помещение, оснащенное презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук, …) и
		соответствующим программным обеспечением (ПО)
3.	Групповые (индивидуальные) консультации	Аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО)
4.	Текущий контроль, промежуточная аттестация	Аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО)
5.	Самостоятельная работа	Кабинет для самостоятельной работы, оснащенный компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет», программой экранного увеличения и обеспеченный доступом в электронную информационнообразовательную среду университета.