

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: ЧУМАЧЕНКО ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА  
Должность: РЕКТОР  
Дата подписания: 13.04.2022 09:19:51  
Уникальный программный ключ:  
9c9f7aaffa4840d284abe156657b8f85432bdb16



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Шифр	Наименование дисциплины (модуля)
Б1.В	Методика оздоровительной работы в образовательной организации

Код направления подготовки	44.04.01
Направление подготовки	Педагогическое образование
Наименование (я) ОПОП (направленность / профиль)	Тьютор по здоровьесбережению
Уровень образования	магистр
Форма обучения	заочная

Разработчики:

Должность	Учёная степень, звание	Подпись	ФИО
Доцент	кандидат педагогических наук, доцент		Орехова Ирина Леонидовна

Рабочая программа рассмотрена и одобрена (обновлена) на заседании кафедры (структурного подразделения)

Кафедра	Заведующий кафедрой	Номер протокола	Дата протокола	Подпись
Кафедра безопасности жизнедеятельности и медицинско-биологических	Тюмасева Зоя Ивановна	10	13.06.2019	
Кафедра безопасности жизнедеятельности и медицинско-биологических	Тюмасева Зоя Ивановна	1	17.09.2020	

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка .....	3
2. Трудоемкость дисциплины (модуля) и видов занятий по дисциплине (модулю) .....	5
3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий .....	6
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины .....	10
5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) .....	11
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины .....	17
7. Перечень образовательных технологий .....	19
8. Описание материально-технической базы .....	20

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Дисциплина «Методика оздоровительной работы в образовательной организации» относится к модулю части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 «Дисциплины/модули» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.04.01 «Педагогическое образование» (уровень образования магистр). Дисциплина является дисциплиной по выбору.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 час.

1.3 Изучение дисциплины «Методика оздоровительной работы в образовательной организации» основано на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении обучающимися следующих дисциплин: «Мониторинг здоровья школьников», «Педагогический менеджмент в сфере здоровьесбережения», «Профилактическая работа по здоровьесбережению», при проведении следующих практик: «учебная практика (по здоровьесбережению)».

1.4 Дисциплина «Методика оздоровительной работы в образовательной организации» формирует знания, умения и компетенции, необходимые для освоения следующих дисциплин: «выполнение и защита выпускной квалификационной работы», «Системы и средства оздоровления».

1.5 Цель изучения дисциплины:

формирование готовности к оздоровительной деятельности с детьми и подростками в образовательных организациях.

1.6 Задачи дисциплины:

1) ознакомить с основными современными направлениями оздоровительной работы в образовательных организациях разных ступеней;

2) изучить эффективные формы и методы оздоровительной работы с детьми и подростками в условиях современной системы образования;

3) оценить возможности использования здоровьесберегающих педагогических технологий в образовательных учреждениях разных ступеней и для проектирования индивидуальных оздоровительных программ.

1.7 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

№ п/п	Код и наименование компетенции по ФГОС
Код и наименование индикатора достижения компетенции	
1	ПК-1 способен реализовывать образовательный процесс в системе общего, профессионального и дополнительного образования
	ПК-1.1 Знает психолого-педагогические основы организации образовательного процесса в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования
	ПК-1.2 Умеет использовать современные образовательные технологии, обеспечивающие формирование у обучающихся образовательных результатов по преподаваемому предмету в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования
	ПК-1.3 Владеет опытом реализации образовательной деятельности в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования
2	УК-2 способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла
	УК-2.1 Знает основные принципы, закономерности и методы управления проектом на всех этапах его жизненного цикла; требования к проектам и их результатам
	УК-2.2 Умеет разрабатывать проект, реализовывать и контролировать ход его выполнения; организовывать, координировать и контролировать работу участников проекта
	УК-2.3 Владеет опытом организации и управления проектом на всех этапах его жизненного цикла

№ п/п	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Образовательные результаты по дисциплине
1	ПК-1.1 Знает психолого-педагогические основы организации образовательного процесса в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования	3.1 Знает психолого-педагогические основы организации оздоровительной работы с детьми и подростками в общеобразовательной организации, ее формы и методы

2	ПК-1.2 Умеет использовать современные образовательные технологии, обеспечивающие формирование у обучающихся образовательных результатов по преподаваемому предмету в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования	У.1 Умеет использовать современные образовательные технологии, обеспечивающие формирование у обучающихся оздоровительные компетенции в системе общего образования
3	ПК-1.3 Владеет опытом реализации образовательной деятельности в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования	В.1 Владеет опытом реализации здоровьесберегающих образовательных технологий в системе общего образования
1	УК-2.1 Знает основные принципы, закономерности и методы управления проектом на всех этапах его жизненного цикла; требования к проектам и их результатам	3.2 Знает современные подходы и принципы управления проектом в сфере организации оздоровительной работы с подрастающим человеком в образовательной организации
2	УК-2.2 Умеет разрабатывать проект, реализовывать и контролировать ход его выполнения; организовывать, координировать и контролировать работу участников проекта	У.2 Умеет разрабатывать, реализовывать и контролировать реализацию проекта в сфере оздоровительной работы с подрастающим человеком в образовательной организации
3	УК-2.3 Владеет опытом организации и управления проектом на всех этапах его жизненного цикла	В.2 Владеет опытом организации и управления проектом сфере оздоровительной работы с подрастающим человеком в образовательной организации

**2. ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

Наименование раздела дисциплины (темы)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Итого часов
	Л	ПЗ	СРС	
<b>Итого по дисциплине</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>83</b>	<b>99</b>
<b>Первый период контроля</b>				
<i>Подходы и принципы оздоровительной работы в образовательных организациях</i>	<b>4</b>		<b>20</b>	<b>24</b>
Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении	2		6	8
Подходы к организации оздоровительной работы в образовательной организации			8	8
Принципы образования, нацеленного на формирование, сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего человека	2		6	8
<i>Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях</i>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>63</b>	<b>75</b>
Физкультурно-оздоровительная работа с детьми и подростками			8	8
Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста.		2	6	8
Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе		2	6	8
Физкультурно-оздоровительная работа с подростками		2	6	8
Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками		2	6	8
Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека			8	8
Роль телесных аспектов в жизни подростка			8	8
Регуляция психического состояния подрастающего человека		2	9	11
Организация оздоровительной работы с детьми и подростками в летнее время	2		6	8
Итого по видам учебной работы	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>83</b>	<b>99</b>
<i>Форма промежуточной аттестации</i>				
Экзамен				9
<b>Итого за Первый период контроля</b>				<b>108</b>

**3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ**

**3.1 Лекции**

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Подходы и принципы оздоровительной работы в образовательных организациях</b>	<b>4</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ПК-1: У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3), 3.1 (ПК-1.1) УК-2: 3.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)	
1.1. Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении 1. Культура здоровья как составляющая общей культуры человека. 2. Функции культуры здоровья и оздоровительной деятельности в образовательных организациях. 3. Современные концепции здоровья в аспекте формирования методического обеспечения оздоровительной работы образовательных учреждениях, их принципы.  Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5	2
1.2. Принципы образования, нацеленного на формирование, сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего человека 1. Принцип формирования здоровья, условия его реализации. 2. Принцип сохранения здоровья, условия его реализации в образовательном учреждении. 3. Принцип укрепления здоровья, условия его реализации в образовательном учреждении. 4. Принципы здоровьесберегающего образования. Принципы открытости, партнерства, продуктивности в аспекте методического обеспечения оздоровительной работы  Учебно-методическая литература: 2, 3, 4, 5	2
<b>2. Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях</b>	<b>2</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ПК-1: 3.1 (ПК-1.1), У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3) УК-2: 3.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)	
2.1. Организация оздоровительной работы с детьми и подростками в летнее время 1. Цель, задачи и содержание оздоровительной работы в летних лагерях. 2. Организационная работа с субъектами образования. 3. Примерный план оздоровительной работы с детьми в ДОУ; в школьном лагере, в загородном лагере. 4. Альтернативные формы летней оздоровительно-воспитательной деятельности  Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5	2

**3.2 Практические**

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях</b>	<b>10</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ПК-1: 3.1 (ПК-1.1), У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3) УК-2: 3.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)	

<p>1.1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста.</p> <p>Цель занятия: ознакомиться с особенностями двигательной активности детей дошкольного возраста.</p> <p>Теоретическая часть (вопросы для обсуждения)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Роль двигательной активности в физическом развитии дошкольников.</li> <li>2. Средства физического воспитания дошкольников.</li> <li>3. Традиционные и нетрадиционные методы закаливания дошкольников.</li> <li>4. Система физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации.</li> </ol> <p>Практическая часть</p> <p>Разработать программу физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации для детей разного возраста. Обозначить роль тьютора при разработке данной программы.</p>	2
<p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5</p> <p>1.2. Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе</p> <p>Цель занятия: изучить особенности двигательной активности детей младшего школьного возраста.</p> <p>Теоретическая часть (вопросы для обсуждения)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Роль двигательной активности в физическом развитии младших школьников.</li> <li>2. Средства физического воспитания младших школьников.</li> <li>3. Традиционные и нетрадиционные методы закаливания младших школьников.</li> <li>4. Система физкультурно-оздоровительной работы в начальной школе.</li> </ol> <p>Практическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработать программу физкультурно-оздоровительной работы с младшими школьниками. Обозначить роль тьютора при разработке данной программы.</li> <li>2. Разработать пакет физкультминуток для младших школьников в зависимости от учебного предмета, в ходе которого они будут проводиться.</li> </ol>	2
<p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5</p> <p>1.3. Физкультурно-оздоровительная работа с подростками</p> <p>Цель занятия: изучить особенности двигательной активности подростков.</p> <p>Теоретическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Роль двигательной активности в физическом развитии подростков.</li> <li>2. Средства физического воспитания подростков.</li> <li>3. Система физкультурно-оздоровительной работы в основной и старшей школе.</li> <li>4. Обсуждение выполненных контрольных заданий.</li> </ol> <p>Практическая часть</p> <p>Разработать программу физкультурно-оздоровительной работы с подростками. Обозначить роль тьютора при разработке данной программы.</p>	2
<p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5</p> <p>1.4. Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками</p> <p>Цель занятия: изучить возможности психолого-педагогической оздоровительной работы с детьми и подростками.</p> <p>Вопросы для обсуждения</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Варианты организации жизнедеятельности детей и подростков.</li> <li>2. Оптимизация двигательной активности детей и подростков.</li> <li>3. Особенности аутогенной тренировки детей и подростков.</li> </ol> <p>Практическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработать для детей дошкольного возраста пакет мероприятий по оптимизации двигательной активности в зависимости от календарного сезона и возраста (возраст на выбор), заполнить таблицу по разделам: 1. Вид двигательной активности. 2. Зима. 3. Весна. 4. Лето. 4. Осень.</li> <li>2. Разработать программу психолого-педагогической оздоровительной работы с младшими школьниками.</li> <li>3. Разработать программу психолого-педагогической оздоровительной работы с подростками.</li> </ol>	2

<p>1.5. Регуляция психического состояния подрастающего человека</p> <p>Цель занятия: изучить возможности регуляции психического состояния детей и подростков.</p> <p>Теоретическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психоэмоциональное напряжение как фактор соматических заболеваний.</li> <li>2. Физкультурная терапия и психотерапевтические прогулки как методы регуляции психоэмоционального состояния.</li> <li>3. Правила применения аутогенной тренировки и релаксации в оздоровительной деятельности.</li> <li>4. Валеологические паузы на занятиях с детьми и подростками.</li> </ol> <p>Практическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработать методические рекомендации для подростков по снятию психоэмоционального напряжения.</li> <li>2. Составить набор релаксационных упражнений для младших школьников</li> </ol> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5</p>	2
--	---

### 3.3 СРС

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема для самостоятельного изучения	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Подходы и принципы оздоровительной работы в образовательных организациях</b>	<b>20</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b>	
ПК-1: У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3), 3.1 (ПК-1.1) УК-2: 3.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)	
1.1. Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, выполнить задание к лекции "Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5	6
1.2. Подходы к организации оздоровительной работы в образовательной организации <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, выполните задания по теме "Подходы к организации оздоровительной работы в образовательной организации". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5	8
1.3. Принципы образования, нацеленного на формирование, сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего человека <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, выполнить задание к лекции "Принципы образования, нацеленного на формирование, сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего человека". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5	6
<b>2. Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях</b>	<b>63</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b>	
ПК-1: 3.1 (ПК-1.1), У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3) УК-2: 3.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)	
2.1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми и подростками <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, выполните задания по теме "Физкультурно-оздоровительная работа с детьми и подростками". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5	8
2.2. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста. <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, подготовьте доклад по одному из вопросов практической работы "Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5	6

<p>2.3. Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Используя литературные источники, одготовьте доклад по одному из вопросов практической работы "Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5</p>	6
<p>2.4. Физкультурно-оздоровительная работа с подростками</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Используя литературные источники, одготовьте доклад по одному из вопросов практической работы "Физкультурно-оздоровительная работа с подростками". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5</p>	6
<p>2.5. Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Используя литературные источники, одготовьте доклад по одному из вопросов практической работы "Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5</p>	6
<p>2.6. Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Используя литературные источники, выполните задания по теме "Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5</p>	8
<p>2.7. Роль телесных аспектов в жизни подростка</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Используя литературные источники, выполните задания по теме "Роль телесных аспектов в жизни подростка". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5</p>	8
<p>2.8. Регуляция психического состояния подрастающего человека</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Используя литературные источники, одготовьте доклад по одному из вопросов практической работы "Регуляция психического состояния подрастающего человека". Учебно-методическая литература: 2, 3, 5</p>	9
<p>2.9. Организация оздоровительной работы с детьми и подростками в летнее время</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Используя литературные источники, выполнить задание к лекции "Организация оздоровительной работы с детьми и подростками в летнее время". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5</p>	6

## 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Ссылка на источник в ЭБС
<b>Основная литература</b>		
1	Дыхан Д.Б. Педагогическая валеология. Уч. Пособие для студентов педагогических вузов [Текст] / Д.Б. Дыхан, В.С. Кукушин, А.Г. Трушкин Под ред. В.С. Кукушина. – М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д: Издательский центр «МарТ», 2005. – 528 с.	
<b>Дополнительная литература</b>		
2	Айдаркин Е.К. Возрастные основы здоровья и здоровьесберегающие образовательные технологии [Электронный ресурс] / Айдаркин Е.К., Иваницкая Л.Н. – Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2008. – 176 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/47035.html">http://www.iprbookshop.ru/47035.html</a>
3	Медведев А.С. Методологические основы системы оздоровления детей [Электронный ресурс]: монография / Медведев А.С. – Минск: Белорусская наука, 2008. – 158 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/12303.html">http://www.iprbookshop.ru/12303.html</a>
4	Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность(в сфере дошкольного образования): монография [Электронный ресурс] / З.И.Тюмасева, И.Л.Орехова, Е.Г. Кушнина. –Челябинск: , 2012. –315 с.	<a href="http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/42">http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/42</a>
5	Шебеко В.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста [Электронный ресурс]: учебное пособие / Шебеко В.Н. – Электрон. текстовые данные. – Минск: Вышэйшая школа, 2013. – 288 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/35552.html">http://www.iprbookshop.ru/35552.html</a>

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

### 5.1. Описание показателей и критерии оценивания компетенций

Код компетенции по ФГОС							
Код образовательного результата дисциплины	Текущий контроль						Промежуточная аттестация
	Доклад/сообщение	Задания к лекции	Конспект по теме	Отчет по лабораторной работе	Проект	Зачет/Экзамен	
ПК-1							
3.1 (ПК-1.1)	+	+	+				+
У.1 (ПК-1.2)	+	+	+	+	+		+
В.1 (ПК-1.3)	+	+	+	+	+		+
УК-2							
3.2 (УК-2.1)	+	+	+				+
У.2 (УК-2.2)	+	+	+	+	+		+
В.2 (УК-2.3)	+	+	+	+	+		+

### 5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

#### 5.2.1. Текущий контроль.

Типовые задания к разделу "Подходы и принципы оздоровительной работы в образовательных организациях":

##### 1. Задания к лекции

Используя литературные источники, выполните задания к лекциям:

1. Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении
2. Принципы образования, нацеленного на формирование, сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего человека

"Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении":

1. Здоровьесформирующая, здоровьесберегающая деятельность как содержательная характеристика культуры здоровья.
2. Особенности личности, приводящие к развитию психосоматических заболеваний

"Принципы образования, нацеленного на формирование, сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего человека"

1. Принципы создания и развития здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении (по З.И. Тюмасовой).
2. Принципы здоровьестворяющего образования (по Т.Ф. Ореховой).

Количество баллов: 10

## **2. Конспект по теме**

Используя литературные источники, выполните задание по теме "Подходы к организации оздоровительной работы в образовательной организации".

1. Сущность холистического подхода к здоровью и здоровому образу жизни. Его реализация в оздоровительной работе с подрастающим человеком.
2. Системный подход к созданию здоровьесберегающей образовательной среды.
3. Аксиологический, деятельностный, личностно-творческий подходы к оздоровительной работе с детьми и подростками.
4. Этнопедагогический подход к организации оздоровительной работы с детьми и подростками в образовательных учреждениях.
5. Валеологическая карта подрастающего человека, ее содержание, функции.

Количество баллов: 5

## **3. Проект**

Используя литературные источники, подготовьте проект по одной из предложенных тем.

1. Концептуальные основы методического обеспечения оздоровительной работы с детьми и подростками конкретного возраста в образовательной организации.
2. Разработайте проект оздоровительно-воспитательной работы в конкретной образовательной организации с конкретной группой детей или подростков:
  - младшая дошкольная группа,
  - средняя дошкольная группа,
  - старшая дошкольная группа,
  - подготовительная дошкольная группа,
  - младший школьный возраст,
  - учащиеся 5–6 классов;
  - учащиеся 7–8 классов;
  - учащиеся 9–11 классов.
3. Формирование потребности в здоровье у растущего человека. Изучите уровень сформированности потребности в здоровье и здоровом образе жизни у конкретной группы субъектов образования. Какие мотивации здоровья и здорового образа жизни доминируют у них?
4. Музыкооздоровление. Разработайте несколько занятий, связанных с использованием музыки. Оцените эффективность таких занятий (качество усвоения учебного материала, дисциплина в группе на занятиях, психологическая комфортность, степень личной удовлетворенности).
5. Биоритмы и здоровье человека. Используя знания по биоритмологии, составьте научно обоснованный распорядок дня для конкретного учащегося.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях":

## **1. Доклад/сообщение**

Используя литературные источники, подготовьте доклад по одному из вопросов каждой практической работы:

1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста.
2. Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе.
3. Физкультурно-оздоровительная работа с подростками.
4. Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками.
5. Регуляция психического состояния подрастающего человека.

"Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста":

1. Роль двигательной активности в физическом развитии дошкольников.
2. Средства физического воспитания дошкольников.
3. Традиционные и нетрадиционные методы закаливания дошкольников.
4. Система физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации.

"Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе":

1. Роль двигательной активности в физическом развитии младших школьников.
2. Средства физического воспитания младших школьников.
3. Традиционные и нетрадиционные методы закаливания младших школьников.
4. Система физкультурно-оздоровительной работы в начальной школе.

"Физкультурно-оздоровительная работа с подростками":

1. Роль двигательной активности в физическом развитии подростков.
2. Средства физического воспитания подростков.
3. Система физкультурно-оздоровительной работы в основной и старшей .

"Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками":

1. Варианты организации жизнедеятельности детей и подростков.
2. Оптимизация двигательной активности детей и подростков.
3. Особенности аутогенной тренировки детей и подростков.

"Регуляция психического состояния подрастающего человека"

1. Психоэмоциональное напряжение как фактор психосоматических заболеваний.
2. Физкультурная терапия и психотерапевтические прогулки как методы регуляции психоэмоционального состояния.
3. Правила применения аутогенной тренировки и релаксации в оздоровительной деятельности.
4. Валеологические паузы на занятиях с детьми и подростками.

Количество баллов: 25

## **2. Задания к лекции**

Используя литературные источники, выполните задание к лекции "Регуляция психического состояния подрастающего человека".

1. Особенности и требования к организации и проведению массовых оздоровительных мероприятий в школьных лагерях отдыха и оздоровления.
2. Проект программы оздоровительной работы в школьных лагерях отдыха и оздоровления.

Количество баллов: 5

### **3. Конспект по теме**

Используя литературные источники, выполните задания по темам:

1. Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека
2. Роль телесных аспектов в жизни подростка

"Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека":

1. Физкультурно-оздоровительная работа как система.

2. Средства и формы физического воспитания детей и подростков. Заполнить таблицу:  
Дошкольники    Младшие школьники    Подростки

Средства физического воспитания

Формы физического воспитания

"Роль телесных аспектов в жизни подростка":

1. Типы педагогического взаимодействия: реструктивное, деструктивное, конструктивное, реструктивное.
2. Виды здоровьесберегающих взаимодействий: защита, поддержка, сопровождение.
3. Диалоговое обучение, учебное сотрудничество, интерактивное обучение в аспекте здоровьесберегающего образования.

Количество баллов: 10

### **4. Отчет по лабораторной работе**

Используя литературные источники, выполните практические задания практических работ:

1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста.

2. Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе

3. Физкультурно-оздоровительная работа с подростками

4. Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками

5. Регуляция психического состояния подрастающего человека

"Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста":

Разработать программу физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации для детей разного возраста. Обозначить роль тьютора при разработке данной программы.

"Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе":

. Разработать программу физкультурно-оздоровительной работы с младшими школьниками. Обозначить роль тьютора при разработке данной программы.

2. Разработать пакет физкультминуток для младших школьников в зависимости от учебного предмета, в ходе которого они будут проводиться.

"Физкультурно-оздоровительная работа с подростками":

Разработать программу физкультурно-оздоровительной работы с подростками. Обозначить роль тьютора при разработке данной программы.

"Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками":

1. Разработать для детей дошкольного возраста пакет мероприятий по оптимизации двигательной активности в зависимости от календарного сезона и возраста (возраст на выбор):

Таблица

Вид двигательной активности Осень Зима Весна

2. Разработать программу психолого-педагогической оздоровительной работы с младшими школьниками.

3. Разработать программу психолого-педагогической оздоровительной работы с подростками.

"Регуляция психического состояния подрастающего человека":

1. Разработать методические рекомендации для подростков по снятию психоэмоционального напряжения.

2. Составить набор релаксационных упражнений для младших школьников

Количество баллов: 25

### **5.2.2. Промежуточная аттестация**

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации в ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ».

#### **Первый период контроля**

##### **1. Экзамен**

Вопросы к экзамену:

1. Концептуальные основы методического обеспечения оздоровительной работы в образовательной организации.
2. Культура здоровья как составляющая общей культуры человека. Компоненты культуры здоровья в аспекте разработки методического обеспечения оздоровительной работы с детьми и подростками.
3. Функции культуры здоровья и оздоровительной деятельности в образовательной организации.
4. Требования к методике оздоровления.
5. Подходы к организации оздоровительной работы с детьми в дошкольной образовательной организации.
6. Принципы формирования, сохранения и укрепления здоровья детей и подростков.
7. Принципы педагогической валеологии, используемые при разработке методического сопровождения оздоровительной работы с детьми и подростками.
8. Принципы здоровьесберегающей образовательной среды.
9. Принципы здоровьестворяющего образования.
10. Культура здоровья как составляющая профессиональной компетентности работников образования.
11. Методика физкультурно-оздоровительной работы с детьми в дошкольных образовательных организациях.
12. Особенности двигательной активности младших школьников и ее роль в физическом и психическом развитии. Суточная норма двигательной активности.
13. Закаливание как средство повышения адаптационных возможностей организма подрастающего человека. Методика закаливания.
14. Методика физкультурно-оздоровительной работы в начальной школе.
15. Методика физкультурно-оздоровительной работы с подростками.
16. Психолого-педагогическое сопровождение оздоровительной работы в дошкольных образовательных организациях.
17. Особенности формирования установок на здоровье, здоровый и безопасный образ жизни в дошкольном возрасте.
18. Особенности формирования установок на здоровье, здоровый и безопасный образ жизни этапах развития подрастающего у младших школьников.
19. Особенности формирования установок на здоровье, здоровый и безопасный образ жизни у подростков.
20. Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека, его виды.
21. Роль телесных аспектов в жизни подростка, факторы, влияющие на «телесное здоровье» и способы его сохранения.
22. Стress – основная проблема школьника. Валеологическое сопровождение как условие снятия постоянного стрессового состояния подрастающего человека.
23. Адаптация как мера здоровья обучаемого.
24. Предупреждение психоэмоционального напряжения. Физкультурная терапия. Психотерапевтические прогулки.
25. Аутогенная тренировка, методика ее проведения.
26. Релаксация, методика ее проведения.
27. Валеологические паузы на занятиях с детьми дошкольного возраста.
28. Валеологические паузы на занятиях с младшими школьниками.
29. Валеологические паузы на занятиях с подростками.
30. Упражнения на регуляцию психического состояния младшего школьника.
31. Упражнения на регуляцию психического состояния детей дошкольного возраста.
32. Упражнения на регуляцию психического состояния подростка.
33. Цель и задачи летней оздоровительной работы с детьми и подростками. Организационная работа с субъектами образования.
34. Содержание оздоровительной, профилактической, воспитательно-образовательной и методической работы в летнем оздоровительном лагере.
35. Особенности адаптации к обучению в начальной школе.
36. Особенности двигательной активности дошкольников и ее роль в физическом и психическом развитии. Суточная норма двигательной активности.
37. Особенности двигательной активности подростков и ее роль в физическом и психическом развитии. Суточная норма двигательной активности.
38. Подходы к организации оздоровительной работы с детьми в начальной школе.
39. Подходы к организации оздоровительной работы с подростками в образовательной организации.
40. Психолого-педагогическое сопровождение оздоровительной работы в образовательных организациях.

**5.3. Примерные критерии оценивания ответа студентов на экзамене (зачете):**

Отметка	Критерии оценивания
---------	---------------------

"Отлично"	<ul style="list-style-type: none"> <li>-дается комплексная оценка предложенной ситуации</li> <li>-демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять</li> <li>-последовательное, правильное выполнение всех заданий</li> <li>-умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы</li> </ul>
"Хорошо"	<ul style="list-style-type: none"> <li>-дается комплексная оценка предложенной ситуации</li> <li>-демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять</li> <li>-последовательное, правильное выполнение всех заданий</li> <li>-возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя</li> <li>-умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы</li> </ul>
"Удовлетворительно" ("зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> <li>-затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации</li> <li>-неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя</li> <li>-выполнение заданий при подсказке преподавателя</li> <li>-затруднения в формулировке выводов</li> </ul>
"Неудовлетворительно" ("не зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> <li>-неправильная оценка предложенной ситуации</li> <li>-отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий</li> </ul>

## **6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **1. Лекции**

Лекция - одна из основных форм организации учебного процесса, представляющая собой устное, монологическое, систематическое, последовательное изложение преподавателем учебного материала с демонстрацией слайдов и фильмов. Работа обучающихся на лекции включает в себя: составление или слежение за планом чтения лекции, написание конспекта лекции, дополнение конспекта рекомендованной литературой.

Требования к конспекту лекций: краткость, схематичность, последовательная фиксация основных положений, выводов, формулировок, обобщений. В конспекте нужно помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Последующая работа над материалом лекции предусматривает проверку терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. В конспекте нужно обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

### **2. Практические**

Практические (семинарские занятия) представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения практических занятий и семинаров является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях.

При подготовке к практическому занятию необходимо, ознакомиться с его планом; изучить соответствующие конспекты лекций, главы учебников и методических пособий, разобрать примеры, ознакомиться с дополнительной литературой (справочниками, энциклопедиями, словарями). К наиболее важным и сложным вопросам темы рекомендуется составлять конспекты ответов. Следует готовить все вопросы соответствующего занятия: необходимо уметь давать определения основным понятиям, знать основные положения теории, правила и формулы, предложенные для запоминания к каждой теме.

В ходе практического занятия надо давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов, доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

### **3. Экзамен**

Экзамен преследует цель оценить работу обучающегося за определенный курс: полученные теоретические знания, их прочность, развитие логического и творческого мышления, приобретение навыков самостоятельной работы, умения анализировать и синтезировать полученные знания и применять их для решения практических задач.

Экзамен проводится в устной или письменной форме по билетам, утвержденным заведующим кафедрой. Экзаменационный билет включает в себя два вопроса и задачи. Формулировка вопросов совпадает с формулировкой перечня вопросов, доведенного до сведения обучающихся не позднее чем за один месяц до экзаменационной сессии.

В процессе подготовки к экзамену организована предэкзаменационная консультация для всех учебных групп.

При любой форме проведения экзаменов по билетам экзаменатору предоставляется право задавать студентам дополнительные вопросы, задачи и примеры по программе данной дисциплины. Дополнительные вопросы, также как и основные вопросы билета, требуют развернутого ответа.

Результат экзамена выражается оценкой «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

### **4. Задания к лекции**

Задания к лекции используются для контроля знаний обучающихся по теоретическому материалу, изложенному на лекциях.

Задания могут подразделяться на несколько групп:

1. задания на иллюстрацию теоретического материала. Они выявляют качество понимания студентами теории;
2. задания на выполнение задач и примеров по образцу, разобранному в аудитории. Для самостоятельного выполнения требуется, чтобы студент овладел рассмотренными на лекции методами решения;
3. задания, содержащие элементы творчества, которые требуют от студента преобразований, реконструкций, обобщений. Для их выполнения необходимо привлекать ранее приобретенный опыт, устанавливать внутрипредметные и межпредметные связи, приобрести дополнительные знания самостоятельно или применить исследовательские умения;
4. может применяться выдача индивидуальных или опережающих заданий на различный срок, определяемый преподавателем, с последующим представлением их для проверки в указанный срок.

### **5. Конспект по теме**

Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника.

Различаются четыре типа конспектов.

План-конспект – это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

Текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

Свободный конспект – это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

Тематический конспект – составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то теме (вопросу).

В процессе изучения материала источника, составления конспекта нужно обязательно применять различные выделения, подзаголовки, создавая блочную структуру конспекта. Это делает конспект легко воспринимаемым, удобным для работы.

Этапы выполнения конспекта:

1. определить цель составления конспекта;
2. записать название текста или его части;
3. записать выходные данные текста (автор, место и год издания);
4. выделить при первичном чтении основные смысловые части текста;
5. выделить основные положения текста;
6. выделить понятия, термины, которые требуют разъяснений;
7. последовательно и кратко изложить своими словами существенные положения изучаемого материала;
8. включить в запись выводы по основным положениям, конкретным фактам и примерам (без подробного описания);
9. использовать приемы наглядного отражения содержания (абзацы «ступеньками», различные способы подчеркивания, шрифт разного начертания, ручки разного цвета);
10. соблюдать правила цитирования (цитата должна быть заключена в кавычки, дана ссылка на ее источник, указана страница).

### **6. Доклад/сообщение**

Доклад – развернутое устное (возможен письменный вариант) сообщение по определенной теме, сделанное публично, в котором обобщается информация из одного или нескольких источников, представляется и обосновывается отношение к описываемой теме.

Основные этапы подготовки доклада:

1. четко сформулировать тему;
2. изучить и подобрать литературу, рекомендуемую по теме, выделив три источника библиографической информации:
  - первичные (статьи, диссертации, монографии и т. д.);
  - вторичные (библиография, реферативные журналы, сигнальная информация, планы, граф-схемы, предметные указатели и т. д.);
  - третичные (обзоры, компилятивные работы, справочные книги и т. д.);
3. написать план, который полностью согласуется с выбранной темой и логично раскрывает ее;
4. написать доклад, соблюдая следующие требования:
  - структура доклада должна включать краткое введение, обосновывающее актуальность проблемы; основной текст; заключение с краткими выводами по исследуемой проблеме; список использованной литературы;
  - в содержании доклада общие положения надо подкрепить и пояснить конкретными примерами; не пересказывать отдельные главы учебника или учебного пособия, а изложить собственные соображения по существу рассматриваемых вопросов, внести свои предложения;
5. оформить работу в соответствии с требованиями.

## **7. Проект**

Проект – это самостоятельное, развёрнутое решение обучающимся, или группой обучающихся какой-либо проблемы научно-исследовательского, творческого или практического характера.

Этапы в создании проектов.

1. Выбор проблемы.
2. Постановка целей.
3. Постановка задач (подцелей).
4. Информационная подготовка.
5. Образование творческих групп (по желанию).
6. Внутригрупповая или индивидуальная работа.
7. Внутригрупповая дискуссия.
8. Общественная презентация – защита проекта.

## **8. Отчет по лабораторной работе**

При составлении и оформлении отчета следует придерживаться рекомендаций, представленных в методических указаниях по выполнению лабораторных работ по дисциплине.

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

1. Проектные технологии
2. Цифровые технологии обучения
3. Технологии эвристического обучения

## **8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ**

1. компьютерный класс – аудитория для самостоятельной работы
2. учебная аудитория для лекционных занятий
3. учебная аудитория для семинарских, практических занятий
4. Лицензионное программное обеспечение:
  - Операционная система Windows 10
  - Microsoft Office Professional Plus
  - Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
  - Справочная правовая система Консультант плюс
  - 7-zip
  - Adobe Acrobat Reader DC