



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



УТВЕРЖДАЮ
Директор ИГО
Л.Н. Санникова

02.02.2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

***ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И СОВРЕМЕННЫЕ ПРАКТИКИ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В СИСТЕМЕ НЕПРЕРЫВНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ***

Направление подготовки
44.04.01 Педагогическое образование

Профиль программы
Управление инновационными процессами в системе непрерывного образования

Уровень высшего образования - магистратура

Форма обучения
очная

Институт	гуманитарного образования
Кафедра	Дошкольного и специального образования
Курс	1
Семестр	1

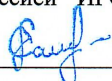
Магнитогорск
2026 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 126)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры
Дошкольного и специального образования
28.01.2026, протокол № 5


Зав. кафедрой  В.А. Чернобровкин

Рабочая программа одобрена методической комиссией ИГО
02.02.2026 г. протокол № 6


Председатель  Л.Н. Санникова

Согласовано:

Зав. кафедрой Педагогического образования и документообращения

 С.С. Великанова

Рабочая программа составлена:

доцент кафедры ДиСО, канд.пед.наук.  И.А.Кувшинова

доцент кафедры ДиСО  А.А. Пушкарева

Рецензент:

доцент ПОиД, канд.пед.наук  Т.Г. Неретина

Лист актуализации рабочей программы

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

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.А. Чернобровкин

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2028 - 2029 учебном году на заседании кафедры Дошкольного и специального образования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.А. Чернобровкин

1 Цели освоения дисциплины

Формирование профессиональных компетенций магистра в области применения здоровьесберегающих технологий для решения практико-ориентированных задач в системе непрерывного образования, в том числе осуществлять разрабатывать организационные условия и методическое обеспечение проектирования программ здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций, определять и обосновывать структуру и этапы разработки и реализации программ здоровьесбережения в соответствии с требованиями федеральных образовательных стандартов и использовать здоровьесберегающие технологии при реализации общеобразовательных программ в системе непрерывного образования.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Теоретические основы и современные практики здоровьесбережения в системе непрерывного образования входит в часть учебного плана формируемую участниками образовательных отношений образовательной программы.

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

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

Учебная - ознакомительная практика

Производственная - педагогическая практика

Производственная - практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Духовно-нравственное развитие личности в системе непрерывного образования

Основы организации инклюзивного образования

Проектирование образовательных программ в системе непрерывного образования

Педагогические основы управления инновационными процессами в системе непрерывного образования

3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины и планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины «Теоретические основы и современные практики здоровьесбережения в системе непрерывного образования» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции
ПК-2	Способен осуществлять организационно-методическое обеспечение проектирования и реализации программ деятельности общеобразовательной организации
ПК-2.1	Разрабатывает организационные условия и методическое обеспечение проектирования программ деятельности общеобразовательной организации
ПК-2.2	Определяет и обосновывает структуру и этапы разработки и реализации программ развития общеобразовательной организации. Осуществляет поиск и выбор способов и средств реализации программ деятельности общеобразовательной организации

4. Структура, объём и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц 108 акад. часов, в том числе:

- контактная работа – 37 акад. часов;
- аудиторная – 36 акад. часов;
- внеаудиторная – 1 акад. часов;
- самостоятельная работа – 71 акад. часов;
- в форме практической подготовки – 0 акад. час;

Форма аттестации - зачет

Раздел/ тема дисциплины	Семестр	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа студента	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код компетенции
		Лек.	лаб. зан.	практ. зан.				
1. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ								
1.1 Основы здоровьесбережения в дошкольном образовании	1	1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2
1.2 Нозологические формы дизонтогенеза в дошкольном возрасте		1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2
1.3 Мониторинг состояния здоровья детей дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения		1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2
1.4 Здоровьесберегающие технологии в ДОУ в условиях реализации ФГОС		1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2

						литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.		
1.5 Взаимодействие с семьей по вопросам здоровьесбережения	1	1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2
1.6 Здоровьесберегающие программы в ДОУ		1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к практическому занятию. Подготовка к контрольной работе и тестированию	Практическая работа. Контрольная работа. Тестирование.	ПК-2.1, ПК-2.2
Итого по разделу		6		6	24			
2. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ								
2.1 Основы здоровьесбережения в условиях общего образования	1	1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2
2.2 Особенности организации здоровьесберегающей деятельности обучающихся		1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2
2.3 Здоровьесберегающие образовательные технологии в условиях реализации ФГОС		1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2
2.4 Создание в образовательной организации здоровьесберегающих		1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2

условий, способствующих психическому развитию и укреплению здоровья детей с ОВЗ и детей-инвалидов						литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.		
2.5 Комплексная система оценки здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений	1	1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2
2.6 Программа здоровьесберегающей деятельности общеобразовательной организации		1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к практическому занятию. Подготовка к контрольной работе и тестированию	Практическая работа. Контрольная работа. Тестирование.	ПК-2.1, ПК-2.2
Итого по разделу		6		6	24			
3. 3. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ								
3.1 Социально-педагогические факторы здорового образа жизни	1	1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2
3.2 Гигиенические основы здорового образа жизни и их реализация		1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2
3.3 Анализ учебных занятий с позиции здоровьесбережения		1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2
3.4 Здоровьесберегающие технологии в профессиональном		1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2

образовании						научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.		
3.5 Здоровьесберегающие образовательные технологии в профессиональном обучении лиц с ОВЗ	1	1		1	3	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к семинару/практическому занятию.	Практическая работа/семинар.	ПК-2.1, ПК-2.2
3.6 Программа здоровьесберегающей деятельности СПО И ВУЗОВ		1		1	4	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Подготовка к практическому занятию. Подготовка к контрольной работе и тестированию	Практическая работа. Контрольная работа. Тестирование.	ПК-2.1, ПК-2.2
Итого по разделу		6		6	23			
Итого за семестр		18		18	71		зачёт	
Итого по дисциплине		18		18	71		зачет	

5 Образовательные технологии

Для реализации предусмотренных видов учебной работы в качестве образовательных технологий в преподавании дисциплины используются традиционная и модульно-компетентностная технологии.

1. Для формирования новых теоретических и фактических знаний используются лекции:

обзорные – для рассмотрения общих вопросов здоровьесбережения для систематизации и закрепления знаний;

информационные – для ознакомления с основными принципами здоровьесбережения в образовательной организации;

проблемные - для развития исследовательских навыков и изучения способов решения различных проблем.

2. Для приобретения новых теоретических и фактических знаний, когнитивных и практических умений используется самостоятельная работа:

самостоятельное изучение учебной литературы, конспектов лекций;

подготовка к аудиторным контрольным работам, семинарам;

выполнение индивидуальных домашних заданий;

подготовка к тестированию.

4. Для проведения занятий в интерактивной форме:

ориентация студентов на образовательные интернет-ресурсы.

работа в команде;

case-study: разбор результатов тематических контрольных работ, анализ ошибок, совместный поиск вариантов рационального решения проблемы.

Информационно-коммуникационные образовательные технологии–организация образовательного процесса, основанная на применении специализированных программных и технических средств работы с информацией. В качестве практико-ориентированного средства обучения выбран образовательный портал ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова.

6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Представлено в приложении 1.

7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

Представлены в приложении 2.

8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) Основная литература:

1.Ильина, Г. В. Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина, Л. Н. Санникова ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2017. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/1897> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

2. Современные технологии здоровьесбережения : практикум / [сост.: Д. А. Хабибулин, Р. Р. Вахитов, Е. В. Абрамкин, А. В. Емельянов] ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2019. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/2370> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

б) Дополнительная литература

1. Ильина, Г. В. Практикум по здоровьесберегающим технологиям : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина, Л. Н. Санникова ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2016. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/1481> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

2. Орехова, Т. Ф. Учебно-методический комплекс по дисциплине «Педагогические здоровьесберегающие технологии» : учебное пособие / Т. Ф. Орехова, Т. В. Кружилина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2018. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/2247> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

3. Ильина, Г. В. Физкультурная деятельность детей в аспекте непрерывного образования : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2018. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/2339> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.5

4. Тестирование физической культуры и здоровья студентов средствами контроля и самоконтроля : учебное пособие / Н. А. Усцеломова, С. В. Усцеломов, В. Ф. Неретин, Т. Ф. Орехова ; МГТУ. - [2-е изд.]. - Магнитогорск : МГТУ, 2016. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/1649> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

в) Методические указания:

1. Самостоятельная работа студентов вуза : практикум / составители: Т. Г. Неретина, Н. Р. Уразаева, Е. М. Разумова, Т. Ф. Орехова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2019. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3816.pdf&show=dcatalogues/1/1530261/3816.pdf&view=true> (дата обращения: 20.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Программное обеспечение

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
7Zip	свободно распространяемое ПО	бессрочно
FAR Manager	свободно распространяемое ПО	бессрочно
Браузер Yandex	свободно распространяемое ПО	бессрочно

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Название курса	Ссылка
Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС»	https://dlib.eastview.com/
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования (РИНЦ)	URL: https://elibrary.ru/project_risc.asp
Российская Государственная библиотека. Каталоги	https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/
Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова	https://host.megaprolib.net/M/P0109/Web

9 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

- Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа - Доска, мультимедийные средства хранения, передачи и представления информации.
- Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации - Доска, мультимедийный проектор, экран
- Помещения для самостоятельной работы обучающихся - Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета
- Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования - Шкафы для хранения учебно-методической документации, учебного оборудования и учебно-наглядных пособий.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа как вид учебного труда выполняется магистрантами без непосредственного участия преподавателя, но организуется и управляется им.

Самостоятельная работа магистрантов по дисциплине «Теоретические основы и современные практики здоровьесбережения в системе непрерывного образования» осуществляется в соответствии с объемом и структурой, предусмотренными учебными планами и графиками текущего контроля. Предусмотрена аудиторная и внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся и предполагает выполнение следующих видов работ: конспектирование, реферирование научной литературы, решение тестовых заданий, подготовка к семинарским и практическим занятиям, выполнение заданий и их обсуждение на образовательном портале в модуле "Семинар", выполнения итоговых заданий и др.

Изучение и анализ литературных источников является обязательным видом самостоятельной работы магистрантов. Изучение литературы по избранной теме имеет своей задачей проследить характер постановки и решения определенной проблемы различными авторами, аргументацию их выводов и обобщений, провести анализ и систематизировать полученный материал на основе собственного осмысления с целью выяснения современного состояния вопроса.

Методические рекомендации для магистрантов по освоению дисциплины

Если Вы не прослушали определенные лекции преподавателя, изучите их самостоятельно. Целесообразно повторить материал последней лекции перед следующим занятием; повторяя, подумайте, какие уточняющие вопросы можно задать преподавателю на лекции. Закрепите определения основных понятий темы, рассмотренные на лекции. Поработайте с источниками списка литературы, рекомендованными на лекции. Составьте глоссарий основных понятий, изучаемой дисциплины.

Самостоятельную работу по теме (разделу) желательно выполнять после изучения лекционного и практического материала. Равномерно распределите время в течение семестра для выполнения заданий самостоятельной работы. Выполнить самостоятельную работу в полном объеме в короткий срок будет затруднительно. Выполняя самостоятельную работу, внимательно изучите требования к ее оформлению и критерии оценки (см. ниже).

При подготовке к экзамену соотнесите материалы лекций, наработанный Вами материал в ходе самостоятельной работы, записи, сделанные на семинарских занятиях, с перечнем вопросов к экзамену.

Перечень контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы и самостоятельной оценки качества освоения дисциплины

Дают магистранту возможность оперативной оценки своей подготовленности по данной теме и определения готовности к изучению следующей темы. Контрольные вопросы направлены на то чтобы магистрант мог проверить понимание понятийного аппарата учебной дисциплины, смог воспроизвести фактический материал, раскрыть причинно-следственные, временные связи, а так же мог выделять главное, сравнивать, доказывать, конкретизировать, обобщать и систематизировать знания.

Примерные вопросы и задания студентам для выполнения на образовательном портале в модуле "Семинар"

**Самостоятельная работа по разделу 1.
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В УСЛОВИЯХ
ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

Семинар 1

Тема 1.1. Основы здоровьесбережения в дошкольном образовании

Самостоятельно изучите учебную и научную литературу и подготовьте ответы на вопросы

1. Опишите показатели индивидуального здоровья. Охарактеризуйте факторы, формирующие здоровье.
2. Выделите особенности детского организма, определяющие неблагоприятное влияние факторов внешней среды на рост и развитие.
3. Назовите основные группы факторов риска нарушения здоровья дошкольного возраста.
4. Охарактеризуйте факторы риска организации воспитательно-образовательного процесса в ДООУ.
5. Выделите закономерности и условия эффективности здоровьесберегающей педагогической деятельности. В чем состоит особенность специфических принципов здоровьесберегающей педагогики?
6. Дайте определение и охарактеризуйте адаптивно-развивающую среду ДООУ.
7. Опишите профессиональные качества и умения педагога дошкольного образования в условиях здоровьесберегающей педагогики.
8. Раскройте нормативно-методическое обеспечение здоровьесберегающей среды в дошкольном образовательном учреждении.

Семинар 2

Тема 1.2. Нозологические формы дизонтогенеза в дошкольном возрасте

Самостоятельно изучите учебную и научную литературу и подготовьте ответы на вопросы

1. Дайте определение дизонтогенеза. Опишите его особенности.
2. В чем суть разграничения первичных и вторичных дефектов по Л.С. Выготскому? Приведите примеры.
3. Как вторичные дефекты связаны с социальной ситуацией развития ребенка?
4. Назовите основные классификации дизонтогенеза (Г.Е. Сухарева, В.В. Лебединский, В.В. Ковалев). В чем их сходства и различия?
5. Какие параметры дизонтогенеза выделяли Г.Е. Сухарева и М.С. Певзнер? Как они влияют на тип дизонтогенеза?
6. Охарактеризуйте виды дизонтогенеза по В.В. Лебединскому (недоразвитие, задержанное развитие, поврежденное развитие и др.).
7. В чем специфика дизонтогенеза в дошкольном возрасте по сравнению с другими возрастными периодами?
8. Как компенсируется нарушение зрения у детей? Какие стадии компенсации выделяют?
9. В чем особенности психического развития детей с нарушениями слуха? Какова роль речевого общения в их развитии?
10. Каковы особенности развития детей с ДЦП? Как двигательные нарушения влияют на их когнитивное и эмоциональное развитие?
11. Чем отличается умственная отсталость от задержки психического развития? Каковы критерии их разграничения?
12. Как речевые нарушения (например, расстройства экспрессивной и рецептивной речи) влияют на социализацию ребенка?

Семинар 3

Тема 1.3. Мониторинг состояния здоровья детей дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения

Самостоятельно изучите учебную и научную литературу и подготовьте ответы на вопросы

1. Дайте определение мониторинга здоровья детей. Каковы его цели и задачи?
2. Какова роль дошкольного учреждения в организации мониторинга здоровья детей?

3. Перечислите основные критерии комплексной оценки здоровья детей. Как они взаимосвязаны?
4. Что такое группы здоровья? Опишите характеристики каждой из пяти групп.
5. Какие методы используются для оценки физического развития дошкольников?
6. Как определяется гармоничность физического развития? Приведите примеры дисгармоничного развития.
7. Какие аспекты психического развития оцениваются в мониторинге?
8. Какие методики используются для диагностики уровня развития памяти, внимания, мышления у дошкольников?
9. Какие компоненты включает мониторинг готовности ребенка к обучению в школе?
10. Что такое биологический возраст? Как его определяют у дошкольников?
11. Как рассчитываются общая заболеваемость, патологическая пораженность и индекс здоровья?
12. Как данные мониторинга используются для оценки здоровьесберегающей деятельности ДОУ?

Семинар 4

Тема 1.4. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ в условиях реализации ФГОС
Самостоятельно изучить учебную и научную литературу и подготовить ответы на вопросы

1. Дайте определение здоровьесберегающим технологиям (ЗСТ) в дошкольном образовании. Каковы их цели и задачи?
2. Как ФГОС ДОУ регулирует вопросы сохранения и укрепления здоровья детей? Назовите ключевые положения стандарта.
3. Перечислите основные принципы здоровьесберегающей педагогики в ДОУ. Обоснуйте их значимость.
4. Какие основные медико-гигиенические и физкультурно-оздоровительные технологии применяются в ДОУ? Опишите их цели, методы реализации и значение для здоровья дошкольников.
5. Как социально-психологические технологии (сказкотерапия, психогимнастика, арт-терапия) способствуют сохранению психического здоровья детей в ДОУ? Приведите примеры их применения.
6. Как построить воспитательно-образовательный процесс в ДОУ с позиции здоровьесбережения? Назовите ключевые принципы организации режима дня и профилактических мероприятий.
7. Какие адаптированные здоровьесберегающие технологии рекомендуются для детей с ОВЗ в ДОУ? Как организовать инклюзивную среду, учитывая их особые потребности?
8. Какие образовательные технологии наиболее эффективны для формирования культуры здоровья у дошкольников? Как интегрировать здоровьесберегающие принципы в повседневные занятия?

Семинар 5

Самостоятельно изучить учебную и научную литературу и подготовить ответы на вопросы

Тема 1.5. Взаимодействие с семьей по вопросам здоровьесбережения

1. Раскройте суть понятия «взаимодействие ДОУ и семьи» в контексте здоровьесбережения. Каковы его цели и задачи?
2. Назовите ключевые принципы построения эффективного взаимодействия с родителями по вопросам здоровья детей. Приведите примеры их реализации.
3. Охарактеризуйте традиционные формы работы с родителями по вопросам здоровьесбережения. Какие из них наиболее эффективны и почему?
4. В чем преимущества инновационных форм взаимодействия (онлайн-консультации, мобильные приложения, геймификация)? Приведите конкретные примеры.
5. Какие методы наиболее эффективны для вовлечения «пассивных» родителей в процесс здоровьесбережения?

6. Как использовать метод проектов в работе с семьей по вопросам здоровья? Приведите пример тематического проекта.
7. По каким критериям можно оценить эффективность работы ДООУ с семьей по здоровьесбережению?

Самостоятельная работа по разделу 2. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Семинар 6

Тема 2.1. Основы здоровьесбережения в условиях общего образования
Самостоятельно изучить учебную и научную литературу и подготовить ответы на вопросы

1. Каковы основные тенденции в динамике здоровья школьников за последние десятилетия?
2. Какие заболевания наиболее распространены среди детей и подростков? С чем это связано?
3. Почему учащиеся школ нового типа (гимназии, лицеи) чаще страдают от переутомления и невротизации?
4. Дайте развернутое определение понятия «здоровье» с учетом его компонентов (соматическое, физическое, психическое и др.).
5. В чем разница между «образом жизни» и «здоровым образом жизни»? Приведите примеры из современной образовательной практики.
6. Какую роль в формировании ЗОЖ играет педагогический коллектив школы?
7. Назовите ключевые документы, регулирующие здоровьесбережение в школе. Какой из них вы считаете наиболее значимым? Почему?
8. Какие противоречия существуют между требованиями СанПиН и реальными условиями в большинстве школ?
9. Как ФГОС учитывает принципы здоровьесбережения? Приведите конкретные примеры.
10. Какие факторы школьной среды наиболее негативно влияют на здоровье детей? (Пример: интенсификация обучения, гиподинамия, стресс.)
11. Почему даже при сокращении количества учебных часов нагрузка на учащихся возрастает?
12. Как можно снизить дидактогенный стресс на уроках? Предложите методы

Семинар 7

Тема 2.2. Особенности организации здоровьесберегающей деятельности обучающихся
Самостоятельно изучить учебную и научную литературу и подготовить ответы на вопросы

1. Какие "школьные болезни" были выделены ещё в XIX веке? Как изменился их перечень в современных условиях?
2. Проанализируйте внутренние и внешние факторы риска здоровья школьников. Как они взаимосвязаны?
3. Чем отличается умственный труд от физического по воздействию на организм?
4. Какие стадии работоспособности выделяют? Как они проявляются у школьников?
5. Почему утомление при умственной работе опаснее, чем при физической?
6. В чём разница между гиподинамией и гипокинезией? Какие последствия они вызывают?
7. Как десинхроноз влияет на учебную деятельность? Какие меры профилактики можно предложить?
8. Какие инфекции наиболее распространены в школьной среде? Как они передаются?
9. Объясните механизм карантинных мероприятий. Почему они эффективны?
10. Какие компоненты включает здоровьесберегающая среда школы? Как организовать учебное пространство, чтобы минимизировать риски для здоровья?

Семинар 8

Тема 2.3. Здоровьесберегающие образовательные технологии в условиях реализации ФГОС

Самостоятельно изучить учебную и научную литературу и подготовить ответы на вопросы

1. Сравните стратегию вынужденных мер и стратегию формирования здоровьесберегающего пространства. Какая из них эффективнее? Аргументируйте свое решение.
2. Раскройте преимущества и недостатки медицинской и психолого-педагогической моделей здоровьесбережения?
3. Какие социальные и психологические причины приводят подростков к курению, алкоголю и наркотикам?
4. Как курение влияет на когнитивные функции и академическую успеваемость учащихся?
5. Почему подростковый алкоголизм особенно опасен? Каковы его последствия для мозга и социализации?
6. Объясните принцип «No nocere!» (Не навреди!). Как он реализуется в школе?
7. Почему тренирующая стратегия (адаптация к нагрузкам) важнее, чем охранительная (минимизация рисков)?
8. Какие гигиенические условия должны соблюдаться в классе? Как они влияют на работоспособность обучающихся?
9. Почему физкультминутки и смена видов деятельности критически важны на уроке?

Семинар 9

Тема 2.4. Создание в образовательной организации здоровьесберегающих условий, способствующих психическому развитию и укреплению здоровья детей с ОВЗ и детей-инвалидов

Самостоятельно изучить учебную и научную литературу и подготовить ответы на вопросы

1. Дайте определение здоровьесберегающим технологиям в образовании. Назовите основные группы технологий по классификации Н.К. Смирнова и приведите примеры их применения для детей с ОВЗ.
2. Проанализируйте факторы, влияющие на эффективность здоровьесберегающих технологий (социальный, образовательный, средовой и др.). Как эти факторы учитываются при организации инклюзивного обучения?
3. Каковы ключевые показатели психолого-педагогического благополучия обучающихся с ОВЗ? Как их можно оценить с помощью методов мониторинга (анкеты, опросники, наблюдение)?
4. Какие физиолого-гигиенические методы используются для оценки учебной активности детей с ОВЗ (например, корректурная проба, треморометрия)? Как интерпретируются их результаты?
5. Разработайте рекомендации по организации урока для слабовидящих детей с учетом гигиенических критериев (смена видов деятельности, использование ЭСО).
6. Как распределить учебную нагрузку для детей с ОВЗ в течение недели, чтобы минимизировать утомление? Приведите пример расписания с обоснованием выбора предметов и их последовательности.

Семинар 10

Тема 2.5 Комплексная система оценки здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений

Самостоятельно изучить учебную и научную литературу и подготовить ответы на вопросы

1. Каковы общие принципы оценки здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений? Раскройте понятия комплексности, системности, динамичности и методического единства.

2. Назовите критерии оценки здоровьесберегающей деятельности школы. Чем отличаются критерии 1-й и 2-й групп?
3. Какую роль играет мониторинг в управлении здоровьесберегающей деятельностью? Опишите этапы мониторинга и их значение для принятия управленческих решений.
4. Какие индикаторы используются для оценки качества здоровьесберегающей работы?
5. Как оценивается соответствие школьной инфраструктуры гигиеническим нормам? Приведите примеры требований к освещению, воздушно-тепловому режиму, расстановке мебели.
6. Какие методы применяются для изучения функционального состояния учащихся?
7. Перечислите требования к чередованию видов деятельности, использованию ТСО, проведению физкультминуток на уроках.
8. Почему при оценке здоровьесберегающей деятельности важен динамический подход? Объясните необходимость сравнения данных на начало и конец учебного года.
9. Каковы современные тенденции в развитии здоровьесберегающих технологий? Свяжите ответ с концепциями инклюзивного образования и цифровизации школы.

**Самостоятельная работа по разделу 3.
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ
В СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Семинар 11

Тема 3.1. Социально-педагогические факторы здорового образа жизни
Самостоятельно изучить учебную и научную литературу и подготовить ответы на вопросы

1. Как эволюционировали представления о здоровьесбережении в истории педагогики? Назовите ключевых мыслителей (от Античности до современности).
2. Сравните определения здоровья ВОЗ и академика В.П. Казначеева. Какие аспекты здоровья они подчеркивают?
3. Какие факторы (по Г.И. Царегородцеву) в наибольшей степени влияют на здоровье человека? Приведите примеры их проявления в студенческой среде.
4. Почему период адаптации к вузу считается критическим для здоровья студентов? Какие группы студентов находятся в зоне риска?
5. Объясните, как курение и алкоголь влияют на академическую успеваемость. Какие органы и системы организма страдают в первую очередь?
6. Предложите стратегию профилактики наркомании среди студентов. Какие методы (информирование, психологическая поддержка и др.) будут наиболее эффективны?
7. Перечислите критерии здоровой жизнедеятельности. Как физическая культура способствует их достижению?
8. Какова роль культурной среды в формировании ЗОЖ? Приведите примеры влияния традиций, субкультур или цифровых технологий на поведение студентов.
9. Почему физическую культуру называют «базовым видом культуры» (по Н.Н. Визитею)? Как она связана с духовным развитием личности?

Семинар 12

3.2. Гигиенические основы здорового образа жизни и их реализация
Самостоятельно изучить учебную и научную литературу и подготовить ответы на вопросы

1. Как недостаток сна влияет на умственную работоспособность и здоровье студентов?
2. Каковы основные гигиенические рекомендации по организации сна для студентов?
3. Каковы основные принципы сбалансированного питания для студентов?

4. Какие нарушения в питании характерны для студентов и как они влияют на здоровье?
5. Какие виды умственной деятельности выделяют, и как они влияют на работоспособность?
6. Как влияют физические факторы (освещение, шум, температура) на продуктивность умственного труда?
7. Каковы рекомендации по организации рабочего места для студентов?
8. Каковы основные компоненты рационального режима дня студента?
9. Как меняется работоспособность в течение дня, и как правильно чередовать труд и отдых?
10. Какие фазы работоспособности выделяют, и как их учитывать при планировании учебы?
11. Какие стресс-факторы характерны для студентов во время сессии, и как их минимизировать?

Семинар 13

Тема 3.3. Анализ учебных занятий с позиции здоровьесбережения
Самостоятельно изучить учебную и научную литературу и подготовить ответы на вопросы

1. Какие абиотические и биотические экологические факторы влияют на здоровье студентов в образовательном процессе? Приведите примеры.
2. Как цветовая гамма учебных помещений влияет на работоспособность и эмоциональное состояние студентов? Какие цвета рекомендуются для аудиторий?
3. Почему освещенность и воздушно-тепловой режим критически важны для здоровьесбережения? Каковы нормы этих параметров согласно СанПиН?
4. Как уровень шума в учебных помещениях воздействует на студентов? Какие меры можно принять для его снижения?
5. Какие показатели используются для оценки здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения?
6. Как психологический климат в педагогическом коллективе влияет на здоровье студентов?
7. Какие методы мониторинга здоровья студентов наиболее эффективны (анкетирование, наблюдение, медосмотры)?
8. Как организовать систему профилактики и динамического наблюдения за здоровьем студентов?

Семинар 14

Тема 3.4. Здоровьесберегающие технологии в профессиональном образовании
Самостоятельно изучить учебную и научную литературу и подготовить ответы на вопросы

1. Каковы основные особенности физического развития и функционального состояния студентов в возрасте 17–25 лет?
2. Как изменяется работа сердечно-сосудистой системы у студентов по сравнению с взрослыми людьми?
3. Почему в студенческом возрасте важно дозировать физические нагрузки? Какие риски возникают при их неправильном распределении?
4. В чем заключается педагогическая концепция здоровьесформирующей функции образования?
5. Какие компоненты включает мотивационно-ценностное отношение к здоровью у студентов?
6. Какие группы здоровьесберегающих технологий выделяет Н.К. Смирнов? Охарактеризуйте каждую из них.
7. Какова роль физкультурно-оздоровительных технологий (ФОТ) в профессиональном образовании?
8. Какие меры включает базовая модель системной работы по сохранению здоровья в вузе?

9. Почему важно учитывать индивидуальные особенности студентов при применении здоровьесберегающих технологий?

Семинар 18

Тема 3.5. Здоровьесберегающие образовательные технологии в профессиональном обучении лиц с ОВЗ

Самостоятельно изучить учебную и научную литературу и подготовить ответы на вопросы

1. Каковы основные принципы здоровьесберегающей педагогики при обучении лиц с ОВЗ? Приведите примеры их применения.
2. Почему традиционные методы обучения часто неэффективны для студентов с ОВЗ? Какие физиологические и психологические последствия они могут вызывать?
3. Опишите методы здоровьесберегающих технологий, направленные на снижение утомляемости обучающихся с ОВЗ (например, динамические паузы, релаксация).
4. Как принцип «ненанесения вреда» (No posere!) реализуется в работе с лицами с ОВЗ?
5. Каковы правила построения учебного занятия с позиции здоровьесбережения? Как они связаны с физиологическими ритмами студентов?
6. Как распределение интенсивности умственной деятельности влияет на усвоение материала обучающимися с ОВЗ?
7. Почему важно учитывать каналы восприятия информации (аудиальный, визуальный, кинестетический) при работе с данной категорией студентов?
8. Какие технологии помогают создать благоприятный психологический климат на занятии? Приведите конкретные примеры.
9. Как самоанализ урока педагогом способствует здоровьесбережению? Какие критерии следует учитывать?

Практические задания по разделу 1. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Практическое задание 1

Тема 1.1. Основы здоровьесбережения в дошкольном образовании

1) используя материалы лекции и дополнительную учебную и научную литературу, заполнить таблицу «Компоненты здоровьесберегающей среды в ДОУ»

Компоненты среды	Нормативные требования (СанПиН, ФГОС)	Потенциальные риски для здоровья	Примеры положительного влияния	Рекомендации и по оптимизации
Пространственно-материальная среда (площади, мебель, игрушки и т.д.)				
Режим дня				
Питание				
Психологический климат				
Физическое воспитание				

2) используя материалы лекции и научную литературу, составить оптимальный режим дня для дошкольника (с учетом СанПиН).

3) принять участие в группу дискуссии: разделиться на три группы: "родителей", "воспитателей" и "медработников". Обсудить конфликтную ситуацию: родители против закаливания детей в ДОУ. Найдите компромисс.

Практическое задание 2

Тема 1.2. Нозологические формы дизонтогенеза в дошкольном возрасте

1) самостоятельно изучить учебную и научную литературу и заполнить таблицу "Сравнение нозологических форм дизонтогенеза": выделить первичные и вторичные дефекты, предложить методы коррекции с опорой на теории компенсации.

Проявление дизонтогенеза	Первичный дефект	Вторичный дефект	Возможные компенсаторные механизмы
Умственная отсталость			
Задержка психического развития			
Нарушение зрения			
Нарушение слуха			
Нарушение речи			
Детский церебральный паралич			
Расстройство аутистического спектра			

2) на основе данных о заболеваемости в группе (12 случаев ОРВИ, 2 случая ветрянки за год, списочный состав — 20 детей) рассчитать:

-общую заболеваемость (в %).

-индекс здоровья (если 5 детей не болели).

-процент часто болеющих детей (если 4 ребенка болели ≥ 4 раз).

Практическое задание 3

Тема 1.3. Мониторинг состояния здоровья детей дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения

1) самостоятельно изучить учебную и научную литературу и описать методику оценки состояния здоровья детей дошкольного возраста (например, диагностика объема зрительной памяти «Запомни картинки», тест на уровень развития мелкой моторики «Графический диктант» и т.д.)

Практическое задание 4

Тема 1.4. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ в условиях реализации ФГОС

1) самостоятельно изучить учебную и научную литературу и описать здоровьесберегающие технологии, применяемые в работе с:

-нормотипичными детьми дошкольного возраста;

-детьми дошкольного возраста, имеющими ОВЗ.

Подготовьтесь продемонстрировать технологию в группе (на практическом занятии) либо раскрыть подробно.

Практическое задание 5

Тема 1.5. Взаимодействие с семьей по вопросам здоровьесбережения

1) самостоятельно изучить учебную и научную литературу и разработать информационный буклет для родителей воспитанников по теме здоровьесберегающих технологий. Например: «Здоровьесберегающие технологии с детьми для занятий дома», «Пусть детство будет здоровым» и т.д. Подготовьтесь представить буклет в группе (на практическом занятии)

2) решить ситуативные задачи по теме «Взаимодействие с семьей по вопросам здоровьесбережения в ДОУ»

«На родительском собрании, посвященном вопросам закаливания, один из родителей сказал следующее: «Мы с женой работаем с утра до вечера. У нас нет времени на закаливание и прогулки! Пусть этим занимается детский сад».

- Как аргументированно ответить родителю, не вызывая конфликта?
- Предложите 3 варианта «быстрых» здоровьесберегающих практик для занятых родителей (например, дыхательная гимнастика за 5 минут).
- «Родители ребенка отказываются от всех профилактических прививок, мотивируя это «вредом вакцин». При этом ребенок часто болеет ОРВИ.»
- Какие альтернативные методы профилактики можно предложить семье (например, фитотерапия, закаливание)?
- Как организовать беседу с родителями, чтобы не нарушить их права, но донести важность иммунопрофилактики?
- Составьте диалог «мягкого» убеждения с опорой на научные факты.
- «Ребенок проводит все свободное время с планшетом. Родители считают, что «современным детям спорт не нужен — главное развивать интеллект».
- Какие аргументы привести в пользу двигательной активности?
- Предложите 3 способа мотивировать ребенка к движению через гаджеты

Практическое задание 6

Тема 1.6. Здоровьесберегающие программы в ДОУ

- 1) самостоятельно изучить учебную и научную литературу, здоровьесберегающие программы в ДОУ:
 - <https://детсад9.пф/data/documents/Programma-zdorove-ds9-2020-2025g.pdf>
 - https://mdou140.edu.yar.ru/2021_2022/programma_zdorovya.pdf
 - http://edu.mari.ru/mouo-medvedevo/dou10/DocLib13/Программа_ЗДОРОВЬЕ.pdf
- 2) Разработать паспорт здоровьесберегающие программы в ДОУ.

Практические задания по разделу 2.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Практическое задание 7

Тема 2.1. Основы здоровьесбережения в условиях общего образования

- 1) самостоятельно изучить учебную и научную литературу и заполнить таблицу «Факторы, влияющие на здоровье обучающегося»

Фактор, влияющий на здоровье обучающегося	Примеры проявления в школе	Негативные последствия	Меры профилактики/коррекции	Нормативный документ, регламентирующий меры профилактики и иные аспекты указанного фактор
Интенсификация учебного процесса				
Гиподинамия				
Неправильная организация рабочего пространства				
Стрессогенная атмосфера				
Несбалансированное питание				
Цифровая перегрузка				
.....				

Практическое задание 8

Тема 2.2. Особенности организации здоровьесберегающей деятельности обучающихся

- самостоятельно изучить учебную и научную литературу и заполнить таблицу «Инфекционные заболевания и их профилактика в школе»

Заболевания	Путь передачи	Симптомы	Меры профилактики в школе
Грипп	Воздушно-капельный	Температура, кашель	Вакцинация, проветривание
....			

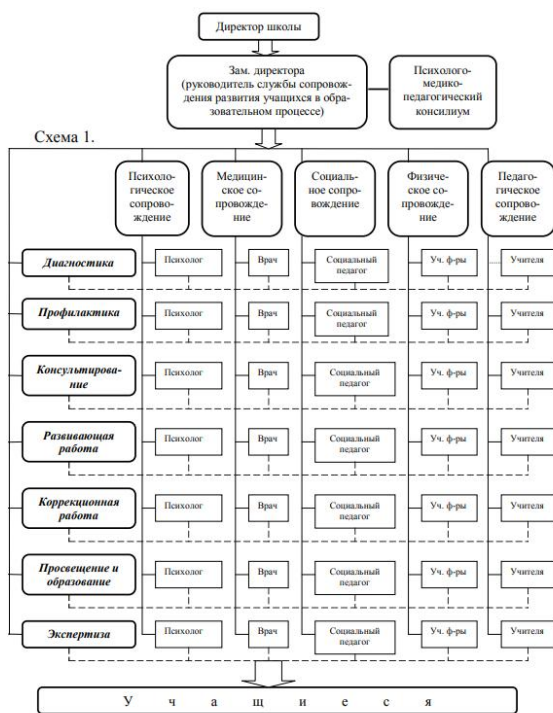
- «В школе с углубленным изучением предметов 60% старшеклассников жалуются на хроническую усталость, 25% имеют нарушения зрения»

- определить возможные причины.

- разработать план мероприятий для администрации школы (не менее 5 пунктов).

- изучить модели управления процессом здоровьесбережения в школе. Предложить свою управленческую модель по формированию или развитию данного процесса.

Модель формирования здоровьесберегающей среды в общеобразовательных учреждениях с учетом индивидуального подхода к обучающимся, воспитанникам



СУБЪЕКТЫ			
Обучающийся (воспитанник)	Члены семьи обучающегося	Педагоги	Привлеченные специалисты и организации
ЦЕННОСТИ			
Осознание причин своих личностных, профессиональных и других переживаний, особенностей формирования межличностных отношений	Осмысление мотивов, потребностей, устремлений, установок, отношений, особенностей поведения и эмоционального реагирования ребенка	Открытие системы ценностей подростка внутреннего происхождения	Достижение соответствия между декларируемыми и реально действующими ценностями
ЦЕЛЬ			
Сохранение и укрепление здоровья обучающихся			
ЗАДАЧИ			
Осознание ценности здоровья и активное стремление к его совершенствованию, индивидуальная информированность и способность принимать ответственные эффективные решения, определяющие структуру и качество жизни	Удовлетворение потребностей обучающегося в здоровом образе жизни, формирование потребности в соблюдении элементарных гигиенических норм и правил, выведение подростка в режим саморазвития, самовоспитания	Сохранение и развитие здоровья обучающегося при его оптимальной трудоспособности и социальной активности, формирование системы умений и здоровьесформирующих технологий и стратегий	Межведомственная, межсекторная и междоинституциональная координация, формирование доминантной установки на восприятие позитивных сторон реальности и защиту от негативных влияний неадаптированной среды
ФУНКЦИИ			
Самореализации	Психофизиологическая	Эстетически-познавательная	Психотерапевтическая
АСПЕКТЫ			
Личностный	Командный	Образовательный	Деятельностный
ФОРМЫ			
Консультации, беседы, инструктажи, тренинги, семинары-практикумы, дни открытых дверей, конференции			
РЕЗУЛЬТАТЫ			
(с позиций трех уровней отношения обучающегося к своему здоровью)			
Когнитивный	Эмоциональный	Поведенческий	
Позитивное отношение обучающегося к себе, самоуважение	Формирование дифференцированных обобщенных знаний о себе в процессе деятельности и общения с окружающими	Включенность в культурно-оздоровительную деятельность	

Практическое задание 9

Тема 2.3. Здоровьесберегающие образовательные технологии в условиях реализации ФГОС

- Разработать конспект урока с применением здоровьесберегающих технологий. Апробировать некоторые элементы на практическом занятии (возможно выполнение задания в парах).
- Оценить конспект урока с применением здоровьесберегающих технологий одноклассников и заполнить таблицу «Анализ урока с позиций здоровьесбережения»

Критерий	Соответствие (Да/Нет)	Рекомендации
Организационные условия		
Освещение и проветривание		
Отсутствие шумовых раздражителей		

Структура урока		
<i>Чередование 4–5 видов деятельности</i>		
<i>Проведение 2 физкультминутки</i>		
Психологический климат		
<i>Эмоциональный климат</i>		
<i>Отсутствие стрессовых ситуаций</i>		
<i>Мотивация учащихся</i>		
Домашнее задание		
<i>Объем задания соответствует норме</i>		

Инструкция по заполнению:

1. Просмотрите урок
2. Оцените каждый критерий:
 - «Да» — если условие выполнено.
 - «Нет» — если требует доработки.
3. Впишите рекомендации в третью колонку.
4. Выведите итоговую оценку:
 - 7-8 «Да» — урок соответствует стандартам здоровьесбережения.
 - 5-6 «Да» — требуется коррекция.
 - Менее 5 «Да» — необходима переработка структуры.

Практическое задание 10

Тема 2.4. Создание в образовательной организации здоровьесберегающих условий, способствующих психическому развитию и укреплению здоровья детей с ОВЗ и детей-инвалидов

- 1) изучите сборник материалов I Всероссийской конференции «Научные основы здоровьесбережения детей с особыми образовательными потребностями» Научные основы здоровьесбережения детей с особыми образовательными потребностями / Сборник материалов I Всероссийской конференции «Научные основы здоровьесбережения детей с особыми образовательными потребностями» (18 ноября 2021 г., г. Москва) / Сост. С.Б. Лазуренко, К.А. Бруцкая, И.Н. Нурлыгаянов. — М.: ФГБНУ «ИКП РАО», 2021. — 149 с.
- 2) выбрать научную статью из данного сборника и написать к ней аннотацию. Объем аннотации: 200-250 слов.
- 3) изучить учебную и научную литературу и описать здоровьесберегающую технологию для обучающихся, имеющих ОВЗ. Провести данную технологию в группе (на практическом занятии)

Практическое задание 11

Тема 2.5. Создание в образовательной организации здоровьесберегающих условий, способствующих психическому развитию и укреплению здоровья детей с ОВЗ и детей-инвалидов

- 1) заполнить отчетную документацию по практической работе "Физиологические пробы определения здоровья. Донозологическая диагностика"

ОТЧЕТНАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ ПО ДОНОЛОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКЕ (ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ)	
Выполнил(а) студент(ка) _____ курса _____ группы 200___/200___уч.год	
Ф.И.О. _____	
I. ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ	
1.1. НАРУЖНЫЙ ОСМОТР (СОМАТОСКОПИЯ)	
Кожа	
Состояние ОДА:	
половое созревание	
осанка (оценивается по 5 признакам)	
формы ног	
стопа	
грудиная клетка: форма	
Развитие мускулатуры	
Тип телосложения	
1.2. СОМАТОМЕТРИЯ	
Рост стоя	
Рост сидя	
Объемы тела (грудь)	
Масса тела (кг)	
Индекс массы тела	
Плотность костной ткани	
Плотность костной ткани (по шкале)	
Плотность костной ткани (по шкале)	
1.3. ФИЗИОМЕТРИЯ	
ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ (вспомог.)	
Частота сердечных сокращений (ЧСС)	
Проба с перемещением (по Е. Лисовскому)	
Тест Купера	
Проба В.И. Дубровского	
УФЧ	
Коэффициент вариации	
Среднее артериальное давление	
Функциональный резерв	
Вальгский тест	
Среднее артериальное давление	
ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ (вспомог.)	
Частота дыхания	
Проба Гейера	
Проба Штанге	
ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ (вспомог.)	
Ортопедическая проба	
Кинезореактивная проба	
Нечинн-Корди (НЧ)	
Пальцевая проба	
ОБЩИЙ ВЫВОД ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ	
II. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ЗДОРОВЬЯ	
Уровень психофизиологического комфорта	
Асимметрия - тест	
ОБЩИЙ ВЫВОД О ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ЗДОРОВЬЕ	
ОБЩИЙ ВЫВОД О СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ ИССЛЕДУЕМОГО	
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОХРАНЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ (на что обратить внимание, какие мероприятия необходимы, конкретные рекомендации с учетом результатов обследования и др.)	
Дата сдачи работы: _____ г. _____ 200___ г.	
Зачетчик _____	
Оценка _____ Подпись _____	

Практическое задание 12

Тема 2.6. Программа здоровьесберегающей деятельности общеобразовательной организации

- самостоятельно изучить учебную и научную литературу, здоровьесберегающие программы школ

https://shkolasoloneshenskaya-r22.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Programma_zdorov_e_sbezheniya.pdf

- <https://sch42.ru/images/article/files/1705869925.pdf>

<https://www.school428.ru/wp-content/uploads/2024/03/31-Программа-здоровьесбережения-шк-№-428.pdf>

разработать паспорт здоровьесберегающей программы школы

РАЗДЕЛ 3. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Практическое задание 13

Тема 3.1. Социально-педагогические факторы здорового образа жизни

- самостоятельно изучить учебную и научную литературу и законспектировать 5 научных-исследовательских работ по теме здоровьесбережения в системе профессионального образования

Практическое задание 14

Тема 3.2. Гигиенические основы здорового образа жизни и их реализация

- самостоятельно изучить учебную и научную литературу и заполнить таблицы «Фазы сна и их функции», «Рекомендации по питанию студентов», «Важнейшие витамины для умственной работы», «Режим труда и отдыха студента», «Влияние внешних факторов на умственную работоспособность»

Фаза сна	Характеристика		Роль для организма
Медленный сон	Уменьшение ЧСС.....		Укрепление иммунитета.....
Быстрый сон			
Дефицит сна			
Компонент	Суточная норма	Продукты-источники	Последствия дефицита
Белки	2.1–2.3 г/кг массы тела	Мясо, рыба, яйца, молоко, бобовые	Снижение мышечной массы, утомляемость
Жиры			

Углеводы			
----------	--	--	--

Витамин	Функция	Источники	Симптомы дефицита
B1	Поддержка нервной системы.....	Гречка, орехи.....	Усталость, раздражительность.....
B6			
C			
D			

Время суток	Рекомендуемые занятия	Роль для организма
7:00–8:00	Зарядка, контрастный душ.	Активизирует метаболизм.

Фактор	Оптимальные условия	Негативное воздействие
Освещение	300–500 люкс (естественный свет).	Тусклый свет вызывает напряжение глаз, сонливость....

- сравнить нормы и фактический режим студента (например, сравнить свой сон/питание с Таблицами 1 и 2). Написать вывод.
- составить памятку для студентов, используя материалы в таблицах (например, "Как улучшить свой режим дня?").

Практическое задание 15

Тема 3.3. Анализ учебных занятий с позиции здоровьесбережения

- самостоятельно изучить учебную и научную литературу и заполнить таблицы «Влияние факторов образовательной среды на здоровье студентов»

Фактор образовательной среды	Негативное влияние на здоровье студентов	Минимизация воздействия

- разработать проект учебной аудитории, которая максимально соответствует принципам здоровьесбережения, экологическим требованиям и современным образовательным стандартам. Представить проект в виде презентации.

Практическое задание 16

Тема 3.4. Здоровьесберегающие технологии в профессиональном образовании

- самостоятельно изучить учебную и научную литературу и разработать мероприятие для студентов, направленное на формирование здорового образа жизни (например, мастер-класс по правильному питанию, тренинг по управлению стрессом, спортивный квест).

- оценить сценарий мероприятия одногруппников и заполнить таблицу «Анализ урока с позиций здоровьесбережения»

Критерий оценки	Показатели	Баллы (1–5)	Комментарии
1. Актуальность и цель	Четкость постановки цели, соответствие потребностям студентов		
2. Целевая аудитория	Учет возрастных, физических и психологических особенностей участников		
3. Содержание	Научная обоснованность, практическая		

Критерий оценки	Показатели	Баллы (1–5)	Комментарии
	польза, доступность изложения материала		
4. Методы и технологии	Использование интерактивных, современных здоровьесберегающих методик		
5. Организация	Логичность структуры, соблюдение временных рамок, наличие необходимых ресурсов		
6. Вовлеченность	Активность участников, обратная связь, уровень взаимодействия		
7. Результативность	Достижение заявленных целей, практическая применимость полученных знаний		
8. Инновационность	Применение новых подходов (digital-решения, гаджеты, онлайн-форматы)		
9. Безопасность	Соответствие санитарно-гигиеническим нормам, минимизация рисков для здоровья		
10. Перспективы развития	Возможность тиражирования опыта, интеграции в учебный процесс		

Практическое задание 17

Тема 3.5. Здоровьесберегающие образовательные технологии в профессиональном обучении лиц с ОВЗ

- 1) самостоятельно изучить учебную и научную литературу и составить комплекс упражнений (дыхательных, зрительных, двигательных) для снятия усталости на занятие для студентов, имеющих ограниченные возможности здоровья.
- 2) самостоятельно изучить учебную и научную литературу и разработать календарно-тематическое планирование здоровьесберегающих мероприятий для студентов с ОВЗ в колледже или университете (на 1 учебный год).

Месяц	Тематика мероприятия	Форма проведения	Ответственные	Целевая группа	Ожидаемый результат
Сентябрь	Адаптационная неделя: - диагностика здоровья студентов - знакомство с правилами здоровьесбережения	Анкетирование, тренинги, экскурсия по колледжу	Медицинский работник, психолог, кураторы групп	Студенты 1 курса, имеющие ОВЗ	Снижение стресса, информирование о ресурсах
...					

Практическое задание 18

Тема 3.6. Программа здоровьесберегающей деятельности СПО И ВУЗОВ

- 1) самостоятельно изучить учебную и научную литературу, здоровьесберегающие программы колледжей и университетов:

- http://medcollege-kmv.ru/wp-content/uploads/2016/01/programma_zdorove.pdf

- https://hкотso.ru/sites/default/files/page/211/programma_po_zozh.pdf

<https://solgpi.ru/pdf/Программа%20Образование%20и%20здоровье%20СГПИ%20филиал%20ПГНИУ.pdf>

Месяц	Тематика мероприятия	Форма проведения	Ответственные	Целевая группа	Ожидаемый результат
Сентябрь	Адаптационная неделя - Диагностика здоровья студентов - Знакомство с правилами здоровьесбережения	Анкетирование, тренинги, экскурсия по колледжу	Медработник, психолог, кураторы групп	Студенты 1 курса, имеющие ОВЗ	Снижение стресса, информирование о ресурсах

Разработать паспорт здоровьесберегающие программы в колледже или университете.

Итоговое задание

ИТОГОВОЕ ЗАДАНИЕ 1 РАЗДЕЛА

На основе изученного материала подготовьте описание одного из заболеваний, встречающихся у детей дошкольного возраста, и опишите здоровьесберегающие технологии для их профилактики.

Формат выполнения:

Работа в формате Google-презентации

Структура презентации:

- Титульный слайд: тема, ФИО студента, группа, год.
- Название и краткая характеристика заболевания (например сколиоз, близорукость и т.д: основные симптомы и причины, влияние на развитие ребёнка
- Здоровьесберегающие технологии (подбор технологий, направленных на профилактику нарушения)

ТЕСТ К РАЗДЕЛУ 1. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Указания. Вам предложены задания, имеющие закрытую форму. Задания содержат четыре варианта ответов, из которых правильный только один.

1. Какой из перечисленных факторов в наибольшей степени влияет на здоровье детей дошкольного возраста?

- а) Генетическая предрасположенность (15–20%)
- б) Состояние окружающей среды (20–25%)
- в) Условия и образ жизни (50–55%)
- г) Медицинское обеспечение (10–15%)

2. Какой принцип здоровьесберегающей педагогики предполагает учет индивидуальных особенностей ребенка при организации образовательного процесса?

- а) Принцип систематичности
- б) Принцип доступности и индивидуализации
- в) Принцип наглядности
- г) Принцип цикличности

3. Кто ввел понятие первичного и вторичного дефектов в структуре дизонтогенеза?

- а) Альфред Адлер
- б) Л.С. Выготский
- в) Вильям Штерн

- г) Теодор Липпе
4. Какой вид дизонтогенеза характеризуется неравномерным развитием психических функций с опережением одних и отставанием других?
- а) Недоразвитие
 - б) Задержанное развитие
 - в) Асинхрония
 - г) Дефицитарное развитие
5. Какой метод исследования дизонтогенеза позволяет изучить особенности высших психических функций при локальных поражениях мозга?
- а) Наблюдение
 - б) Нейропсихологический эксперимент
 - в) Анкетирование
 - г) Проективные методики
6. Какой из перечисленных дефектов относится к первичным?
- а) Нарушение речи у глухого ребенка
 - б) Органическое поражение слухового анализатора
 - в) Социальная дезадаптация при умственной отсталости
 - г) Тревожность у ребенка с ДЦП
7. Какой показатель используется для оценки резистентности организма ребенка?
- а) Количество хронических заболеваний
 - б) Число простудных заболеваний за год
 - в) Уровень физической подготовленности
 - г) Скорость роста
8. Какая группа здоровья включает детей с хроническими заболеваниями в состоянии компенсации?
- а) I группа
 - б) II группа
 - в) III группа
 - г) IV группа
9. Какой метод оценки физического развития включает измерение жизненной емкости легких и мышечной силы?
- а) Антропометрия
 - б) Физиометрия
 - в) Соматоскопия
 - г) Функциональные пробы
9. Что такое индекс здоровья в ДООУ?
- а) Процент детей, не болевших в течение года
 - б) Среднее число заболеваний на одного ребенка
 - в) Уровень физического развития группы
 - г) Количество детей с хроническими патологиями
10. К какому виду здоровьесберегающих технологий относится сказкотерапия?
- а) Медико-гигиенические
 - б) Физкультурно-оздоровительные
 - в) Социально-психологические
 - г) Образовательные
11. Какой из перечисленных методов НЕ относится к закаливающим процедурам?
- а) Хождение босиком
 - б) Воздушные ванны
 - в) Длительный просмотр мультфильмов
 - г) Обтирание прохладной водой
12. Какой принцип здоровьесберегающей деятельности предполагает учет индивидуальных особенностей ребенка?
- а) Систематичность

б) Гуманизация
в) Профессиональное сотрудничество
г) Субъект-субъектное взаимодействие
13. Какой компонент режима дня в ДОУ способствует профилактике переутомления у детей?

- а) Увеличение времени занятий
- б) Отмена дневного сна
- в) Чередование видов деятельности и отдыха
- г) Уменьшение времени прогулок

14. Какая форма взаимодействия с семьей предполагает онлайн-консультации и вебинары?

- а) Традиционная
- б) Наглядная информация
- в) Инновационная
- г) Семинар-практикум

15. Какой метод вовлечения родителей помогает им "прожить" день в группе вместе с детьми?

- а) Родительское собрание
- б) Досуг "Мы вместе, мы рядом"
- в) Консультация
- г) День открытых дверей

16. Какой принцип взаимодействия ДОУ и семьи подразумевает учет особенностей каждой семьи?

- а) Системность
- б) Добровольность
- в) Индивидуальный подход
- г) Преимственность

16. Какая из перечисленных форм работы направлена на практическое освоение родителями здоровьесберегающих технологий?

- а) Лекция
- б) Брошюра
- в) Семинар-практикум
- г) Родительское собрание

ИТОГОВОЕ ЗАДАНИЕ 2 РАЗДЕЛА.

На основе изученного материала подготовьте описание одного из заболеваний, встречающихся у детей школьного возраста, и опишите здоровьесберегающие технологии для их профилактики.

Формат выполнения:

Работа в формате Google-презентации

Структура презентации:

- Титульный слайд: тема, ФИО студента, группа, год.
- Название и краткая характеристика заболевания (например сколиоз, близорукость и т.д.: основные симптомы и причины, влияние на развитие ребёнка)
- Здоровьесберегающие технологии (подбор технологий, направленных на профилактику нарушения)

ТЕСТ К РАЗДЕЛУ 2. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Указания. Вам предложены задания, имеющие закрытую форму. Задания содержат четыре варианта ответов, из которых правильный только один.

1. Какой показатель НЕ относится к критериям здоровья по определению ВОЗ?

- а) Физическое благополучие
- б) Социальное благополучие
- в) Высокий уровень дохода

- г) Психическое благополучие
- 2. Какой документ регламентирует требования к организации питания в школах?
 - а) ФГОС НОО
 - б) СанПиН 2.3/2.4.3590-20
 - в) Федеральный закон "Об образовании"
 - г) Приказ Минздрава № 514н
- 3. Какое заболевание наиболее распространено среди школьников из-за гиподинамии?
 - а) Бронхиальная астма
 - б) Нарушение осанки
 - в) Гастрит
 - г) Аллергия
- 4. Какой фактор НЕ относится к причинам интенсификации учебного процесса?
 - а) Увеличение объема учебного материала
 - б) Использование цифровых технологий
 - в) Уменьшение количества уроков физкультуры
 - г) Высокие требования к ЕГЭ
- 5. Какой компонент здоровья включает "способность противостоять стрессам"?
 - а) Физическое здоровье
 - б) Психическое здоровье
 - в) Социальное здоровье
 - г) Соматическое здоровье
- 6. Что относится к внутренним факторам риска здоровья школьников?
 - а) Неблагоприятная экологическая обстановка
 - б) Наследственные заболевания
 - в) Нарушение санитарно-гигиенических норм в школе
 - г) Авторитарный стиль преподавания
- 7. Какое состояние развивается при длительном снижении двигательной активности?
 - а) Гипоксия
 - б) Гиподинамия
 - в) Десинхроноз
 - г) Утомление
- 8. Какой период инфекционного заболевания характеризуется появлением первых неспецифических симптомов (слабость, температура)?
 - а) Инкубационный
 - б) Продромальный
 - в) Разгар болезни
 - г) Реконвалесценция
- 9. Какой из перечисленных методов НЕ относится к профилактике инфекционных заболеваний в школе?
 - а) Вакцинация
 - б) Карантинные мероприятия
 - в) Увеличение учебной нагрузки
 - г) Дезинфекция помещений
- 10. Какой принцип здоровьесберегающих технологий предполагает учет возрастных и индивидуальных особенностей учащихся?
 - а) Принцип ненанесения вреда
 - б) Принцип соответствия возрастным особенностям
 - в) Принцип триединого представления о здоровье
 - г) Принцип непрерывности
- 11. Какой из перечисленных факторов НЕ относится к вредным привычкам, влияющим на здоровье школьников?
 - а) Курение
 - б) Алкоголь

- в) Наркотики
 - г) Занятия спортом
12. Какой вид здоровьесберегающих технологий включает физкультминутки и динамические паузы?
- а) Медико-гигиенические
 - б) Физкультурно-оздоровительные
 - в) Психолого-педагогические
 - г) Социально-адаптирующие
13. Какой из перечисленных элементов НЕ относится к требованиям здоровьесберегающего урока?
- а) Чередование видов деятельности
 - б) Проведение физкультминуток
 - в) Увеличение объема домашнего задания
 - г) Соблюдение гигиенических условий
14. Какой принцип оценки здоровьесберегающей деятельности предполагает сравнение данных в начале и конце учебного года?
- а) Комплексность
 - б) Динамичность
 - в) Репрезентативность
 - г) Методическое единство
15. Какой показатель относится ко 2-й группе критериев оценки здоровьесберегающей деятельности?
- а) Соответствие мебели СанПиН
 - б) Умственная работоспособность учащихся
 - в) Освещенность классных комнат
 - г) Наличие спортивного оборудования
16. Какой этап мониторинга включает семинары для педагогов?
- а) Организационный
 - б) Инструктивный
 - в) Итоговый
 - г) Аналитический

ИТОГОВОЕ ЗАДАНИЕ 3 РАЗДЕЛА

На основе изученного материала подготовьте описание одного из заболеваний, встречающихся у студентов, и опишите здоровьесберегающие технологии для их профилактики.

Формат выполнения:

Работа в формате Google-презентации

Структура презентации:

- Титульный слайд: тема, ФИО студента, группа, год.
- Название и краткая характеристика заболевания: основные симптомы и причины, влияние на развитие студента
- Здоровьесберегающие технологии (подбор технологий, направленных на профилактику нарушения)

ТЕСТ К РАЗДЕЛУ 3. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Указания. Вам предложены задания, имеющие закрытую форму. Задания содержат четыре варианта ответов, из которых правильный только один.

1. Какой фактор ВОЗ считает определяющим для здоровья человека (50–55%)?
 - а) Генетика
 - б) Образ жизни
 - в) Уровень медицины
 - г) Экология
2. Что относится к защитно-профилактическим здоровьесберегающим технологиям?
 - а) Вакцинация и гигиеническое обучение

- б) Лечение хронических заболеваний
 - в) Проведение экзаменов
 - г) Написание научных работ
3. Какой принцип здоровьесберегающего образования предполагает учет индивидуальных особенностей студентов?
- а) Принцип неопределенности
 - б) Принцип уникальности личности
 - в) Принцип резонанса
 - г) Принцип дополнения
4. Что является главной целью физической культуры в вузе?
- а) Подготовка к спортивным соревнованиям
 - б) Формирование физической культуры личности
 - в) Изучение анатомии
 - г) Проведение медосмотров
5. Что НЕ относится к принципам гигиены умственного труда?
- а) Проветривание помещения
 - б) Чередование видов деятельности
 - в) Работа без перерывов по 4 часа
 - г) Использование попюпитра для книги
6. Какой процент суточной калорийности должен приходиться на обед по нормам рационального питания?
- а) 20%
 - б) 35%
 - в) 50%
 - г) 15%
7. Какой цвет рекомендуется для стен в учебных аудиториях, чтобы способствовать умственной работе студентов?
- а) Ярко-красный
 - б) Темно-синий
 - в) Желто-зеленый
 - г) Черный
8. Какой уровень шума допустим в учебных мастерских при продолжительности работы 6 часов?
- А) до 50 дБ
 - Б) до 70 дБ
 - В) до 90 дБ
 - Г) до 110 дБ
9. Как часто должны проводиться физкультминутки на уроке производственного обучения?
- а) 1 раз в начале урока
 - б) 2 раза за урок
 - в) Только после контрольной работы
 - г) По желанию преподавателя
10. Какая температура воздуха оптимальна в учебной аудитории?
- а) 10–12°C
 - б) 18–20°C °C
 - в) 22–24°C
 - г) 28–30°C
11. Какой пульс считается нормой для студентов 18 лет?
- а) 50–55 уд./мин
 - б) 60–70 уд./мин
 - в) 80–90 уд./мин
 - г) 100–110 уд./мин

12. Какая технология здоровьесбережения направлена на создание экологически оптимальных условий обучения?

- а) Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ)
- б) Экологические здоровьесберегающие технологии (ЭЗТ)
- в) Медико-гигиенические технологии
- г) Социально-адаптирующие технологии (САЛРТ)

13. Что относится к психолого-педагогическим здоровьесберегающим технологиям (ППТ)?

- а) Проведение вакцинации студентов
- б) Организация спортивных секций
- в) Психологическое сопровождение учебного процесса
- г) Контроль качества питания в столовой

14. Какой блок системной модели здоровьесбережения включает организацию ЛФК и динамических перемен?

- а) 1 блок (инфраструктура)
- б) 3 блок (физкультурно-оздоровительная работа)
- в) 5 блок (просветительская работа с преподавателями)
- г) 6 блок (профилактика заболеваний)

15. Какой метод здоровьесбережения рекомендуется для снятия эмоционального напряжения у лиц с ОВЗ?

- А) Интенсивная силовая тренировка
- Б) Релаксация под спокойную музыку
- В) Длительные письменные задания
- Г) Монотонные лекции без перерывов

ИТОГОВОЕ ЗАДАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (КРУГЛЫЙ СТОЛ)

Уважаемые студенты, итоговым заданием дисциплины является проведение круглого стола. Разделитесь на три рабочих группы.

Группа 1: Разработайте здоровьесберегающую программу ДОУ

Группа 2: Разработайте здоровьесберегающую программу школы

Группа 3: Разработайте здоровьесберегающую программу в учреждениях профильного образования.

Подготовьтесь представить свою работу на занятии (круглый стол).

При разработке программ учитывайте следующие критерии:

1. Учет особенностей ОВЗ (адаптация под нозологии).
2. Практическая реализуемость (бюджет, ресурсы).
3. Инновационность (использование новых технологий).
4. Обратная связь (включение мнений целевой группы).

Защита программы — до 20 минут на группу.

Дискуссия — 5 – 7 минут после каждого выступления.

Формат презентации: Устное выступление, наглядные материалы (плакаты, слайды, раздаточные листы)

Примерные вопросы для обсуждения:

Как учесть мнение самих обучающихся с ОВЗ при реализации программ?

Какие ресурсы (кадровые, технические) критично важны для вашего проекта?

Как оценить эффективность программы?

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ

Указания. Вам предложены задания, имеющие закрытую форму. Задания содержат четыре варианта ответов, из которых правильный только один.

1. Какой из перечисленных факторов в наибольшей степени влияет на здоровье детей дошкольного возраста?

- а) Генетическая предрасположенность (15–20%)
- б) Состояние окружающей среды (20–25%)

- в) Условия и образ жизни (50–55%)
 - г) Медицинское обеспечение (10–15%)
2. Какой принцип здоровьесберегающей педагогики предполагает учет индивидуальных особенностей ребенка при организации образовательного процесса?
- а) Принцип систематичности
 - б) Принцип доступности и индивидуализации
 - в) Принцип наглядности
 - г) Принцип цикличности
3. Кто ввел понятие первичного и вторичного дефектов в структуре дизонтогенеза?
- а) Альфред Адлер
 - б) Л.С. Выготский
 - в) Вильям Штерн
 - г) Теодор Липпс
4. Какой вид дизонтогенеза характеризуется неравномерным развитием психических функций с опережением одних и отставанием других?
- а) Недоразвитие
 - б) Задержанное развитие
 - в) Асинхрония
 - г) Дефицитарное развитие
5. Какой метод исследования дизонтогенеза позволяет изучить особенности высших психических функций при локальных поражениях мозга?
- а) Наблюдение
 - б) Нейропсихологический эксперимент
 - в) Анкетирование
 - г) Проективные методики
6. Какой из перечисленных дефектов относится к первичным?
- а) Нарушение речи у глухого ребенка
 - б) Органическое поражение слухового анализатора
 - в) Социальная дезадаптация при умственной отсталости
 - г) Тревожность у ребенка с ДЦП
7. Какой показатель используется для оценки резистентности организма ребенка?
- а) Количество хронических заболеваний
 - б) Число простудных заболеваний за год
 - в) Уровень физической подготовленности
 - г) Скорость роста
8. Какая группа здоровья включает детей с хроническими заболеваниями в состоянии компенсации?
- а) I группа
 - б) II группа
 - в) III группа
 - г) IV группа
9. Какой метод оценки физического развития включает измерение жизненной емкости легких и мышечной силы?
- а) Антропометрия
 - б) Физиометрия
 - в) Соматоскопия
 - г) Функциональные пробы
10. Что такое индекс здоровья в ДОУ?
- а) Процент детей, не болевших в течение года
 - б) Среднее число заболеваний на одного ребенка
 - в) Уровень физического развития группы
 - г) Количество детей с хроническими патологиями
11. К какому виду здоровьесберегающих технологий относится сказкотерапия?

- а) Медико-гигиенические
- б) Физкультурно-оздоровительные
- в) Социально-психологические
- г) Образовательные

12. Какой из перечисленных методов НЕ относится к закаливающим процедурам?

- а) Хождение босиком
- б) Воздушные ванны
- в) Длительный просмотр мультфильмов
- г) Обтирание прохладной водой

13. Какой принцип здоровьесберегающей деятельности предполагает учет индивидуальных особенностей ребенка?

- а) Систематичность
- б) Гуманизация
- в) Профессиональное сотрудничество
- г) Субъект-субъектное взаимодействие

14. Какой компонент режима дня в ДОО способствует профилактике переутомления у детей?

- а) Увеличение времени занятий
- б) Отмена дневного сна
- в) Чередование видов деятельности и отдыха
- г) Уменьшение времени прогулок

15. Какая форма взаимодействия с семьей предполагает онлайн-консультации и вебинары?

- а) Традиционная
- б) Наглядная информация
- в) Инновационная
- г) Семинар-практикум

16. Какой метод вовлечения родителей помогает им "прожить" день в группе вместе с детьми?

- а) Родительское собрание
- б) Досуг "Мы вместе, мы рядом"
- в) Консультация
- г) День открытых дверей

17. Какой принцип взаимодействия ДОО и семьи подразумевает учет особенностей каждой семьи?

- а) Системность
- б) Добровольность
- в) Индивидуальный подход
- г) Преимственность

18. Какая из перечисленных форм работы направлена на практическое освоение родителями здоровьесберегающих технологий?

- а) Лекция
- б) Брошюра
- в) Семинар-практикум
- г) Родительское собрание

19. Какой показатель НЕ относится к критериям здоровья по определению ВОЗ?

- а) Физическое благополучие
- б) Социальное благополучие
- в) Высокий уровень дохода
- г) Психическое благополучие

20. Какой документ регламентирует требования к организации питания в школах?

- а) ФГОС НОО
- б) СанПиН 2.3/2.4.3590-20

- в) Федеральный закон "Об образовании"
 - г) Приказ Минздрава № 514н
21. Какое заболевание наиболее распространено среди школьников из-за гиподинамии?
- а) Бронхиальная астма
 - б) Нарушение осанки
 - в) Гастрит
 - г) Аллергия
22. Какой фактор НЕ относится к причинам интенсификации учебного процесса?
- а) Увеличение объема учебного материала
 - б) Использование цифровых технологий
 - в) Уменьшение количества уроков физкультуры
 - г) Высокие требования к ЕГЭ
23. Какой компонент здоровья включает "способность противостоять стрессам"?
- а) Физическое здоровье
 - б) Психическое здоровье
 - в) Социальное здоровье
 - г) Соматическое здоровье
24. Что относится к внутренним факторам риска здоровья школьников?
- а) Неблагоприятная экологическая обстановка
 - б) Наследственные заболевания
 - в) Нарушение санитарно-гигиенических норм в школе
 - г) Авторитарный стиль преподавания
25. Какое состояние развивается при длительном снижении двигательной активности?
- а) Гипоксия
 - б) Гиподинамия
 - в) Десинхроноз
 - г) Утомление
26. Какой период инфекционного заболевания характеризуется появлением первых неспецифических симптомов (слабость, температура)?
- а) Инкубационный
 - б) Продромальный
 - в) Разгар болезни
 - г) Реконвалесценция
27. Какой из перечисленных методов НЕ относится к профилактике инфекционных заболеваний в школе?
- а) Вакцинация
 - б) Карантинные мероприятия
 - в) Увеличение учебной нагрузки
 - г) Дезинфекция помещений
28. Какой принцип здоровьесберегающих технологий предполагает учет возрастных и индивидуальных особенностей учащихся?
- а) Принцип ненанесения вреда
 - б) Принцип соответствия возрастным особенностям
 - в) Принцип триединого представления о здоровье
 - г) Принцип непрерывности
29. Какой из перечисленных факторов НЕ относится к вредным привычкам, влияющим на здоровье школьников?
- а) Курение
 - б) Алкоголь
 - в) Наркотики
 - г) Занятия спортом
30. Какой вид здоровьесберегающих технологий включает физкультминутки и динамические паузы?
- а) Медико-гигиенические

- б) Физкультурно-оздоровительные
 - в) Психолого-педагогические
 - г) Социально-адаптирующие
31. Какой из перечисленных элементов НЕ относится к требованиям здоровьесберегающего урока?
- а) Чередование видов деятельности
 - б) Проведение физкультминуток
 - в) Увеличение объема домашнего задания
 - г) Соблюдение гигиенических условий
32. Какой принцип оценки здоровьесберегающей деятельности предполагает сравнение данных в начале и конце учебного года?
- а) Комплексность
 - б) Динамичность
 - в) Репрезентативность
 - г) Методическое единство
33. Какой показатель относится ко 2-й группе критериев оценки здоровьесберегающей деятельности?
- а) Соответствие мебели СанПиН
 - б) Умственная работоспособность учащихся
 - в) Освещенность классных комнат
 - г) Наличие спортивного оборудования
34. Какой этап мониторинга включает семинары для педагогов?
- а) Организационный
 - б) Инструктивный
 - в) Итоговый
 - г) Аналитический
35. Какой фактор ВОЗ считает определяющим для здоровья человека (50–55%)?
- а) Генетика
 - б) Образ жизни
 - в) Уровень медицины
 - г) Экология
36. Что относится к защитно-профилактическим здоровьесберегающим технологиям?
- а) Вакцинация и гигиеническое обучение
 - б) Лечение хронических заболеваний
 - в) Проведение экзаменов
 - г) Написание научных работ
37. Какой принцип здоровьесберегающего образования предполагает учет индивидуальных особенностей студентов?
- а) Принцип неопределенности
 - б) Принцип уникальности личности
 - в) Принцип резонанса
 - г) Принцип дополнения
38. Что является главной целью физической культуры в вузе?
- а) Подготовка к спортивным соревнованиям
 - б) Формирование физической культуры личности
 - в) Изучение анатомии
 - г) Проведение медосмотров
39. Что НЕ относится к принципам гигиены умственного труда?
- а) Проветривание помещения
 - б) Чередование видов деятельности
 - в) Работа без перерывов по 4 часа
 - г) Использование пюпитра для книги
40. Какой процент суточной калорийности должен приходиться на обед по нормам рационального питания?

- а) 20%
- б) 35%
- в) 50%
- г) 15%

41. Какой цвет рекомендуется для стен в учебных аудиториях, чтобы способствовать умственной работе студентов?

- а) Ярко-красный
- б) Темно-синий
- в) Желто-зеленый
- г) Черный

42. Какой уровень шума допустим в учебных мастерских при продолжительности работы 6 часов?

- А) до 50 дБ
- Б) до 70 дБ
- В) до 90 дБ
- Г) до 110 дБ

43. Как часто должны проводиться физкультминутки на уроке производственного обучения?

- а) 1 раз в начале урока
- б) 2 раза за урок
- в) Только после контрольной работы
- г) По желанию преподавателя

44. Какая температура воздуха оптимальна в учебной аудитории?

- а) 10–12°C
- б) 18–20°C °C
- в) 22–24°C
- г) 28–30°C

45. Какой пульс считается нормой для студентов 18 лет?

- а) 50–55 уд./мин
- б) 60–70 уд./мин
- в) 80–90 уд./мин
- г) 100–110 уд./мин

46. Какая технология здоровьесбережения направлена на создание экологически оптимальных условий обучения?

- а) Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ)
- б) Экологические здоровьесберегающие технологии (ЭЗТ)
- в) Медико-гигиенические технологии
- г) Социально-адаптирующие технологии (САЛРТ)

47. Что относится к психолого-педагогическим здоровьесберегающим технологиям (ППТ)?

- а) Проведение вакцинации студентов
- б) Организация спортивных секций
- в) Психологическое сопровождение учебного процесса
- г) Контроль качества питания в столовой

48. Какой блок системной модели здоровьесбережения включает организацию ЛФК и динамических перемен?

- а) 1 блок (инфраструктура)
- б) 3 блок (физкультурно-оздоровительная работа)
- в) 5 блок (просветительская работа с преподавателями)
- г) 6 блок (профилактика заболеваний)

49. Какой метод здоровьесбережения рекомендуется для снятия эмоционального напряжения у лиц с ОВЗ?

- А) Интенсивная силовая тренировка

- Б) Релаксация под спокойную музыку
- В) Длительные письменные задания
- Г) Монотонные лекции без перерывов

Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

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

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
ПК-2:	Способен осуществлять	организационно-методическое обеспечение проектирования и реализации программ деятельности общеобразовательной организации
ПК-2.1	Разрабатывает организационные условия и методическое обеспечение проектирования программ деятельности общеобразовательной организации	<p>Теоретические вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дайте определение мониторинга состояния здоровья детей в ДОУ. Каковы его основные задачи и критерии оценки здоровья? 2. Опишите медико-биологическую классификацию возрастных периодов детства (раннее и первое детство). Какие морфофункциональные изменения характерны для каждого периода? 3. Охарактеризуйте основные виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ (медико-гигиенические, физкультурно-оздоровительные, социально-психологические, образовательные). 4. Каковы принципы организации здоровьесберегающей среды в дошкольном образовательном учреждении? Раскройте их значение для развития детей 5. Какие нормативно-методические документы регулируют здоровьесберегающую деятельность в общеобразовательных организациях? Назовите основные требования СанПиН к организации учебного процесса. 6. Опишите основные принципы здоровьесберегающих образовательных технологий. Как они реализуются в современной школе? 7. Опишите классификацию здоровьесберегающих технологий в специальном и инклюзивном образовании. Назовите авторов основных подходов и приведите примеры технологий для каждой группы. 8. Раскройте алгоритм применения здоровьесберегающих технологий для обучающихся с ОВЗ. Какие критерии необходимо учитывать при выборе технологии? 9. Назовите две группы критериев оценки здоровьесберегающей деятельности школы и приведите примеры показателей для каждой группы. 10. Опишите социально-педагогические факторы, влияющие на формирование здорового образа жизни студентов. Какие меры могут способствовать профилактике вредных привычек в

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>образовательной среде?</p> <p>11. Как физическая культура влияет на полноценное развитие личности студента? Назовите ключевые аспекты интеграции физической активности в образовательный процесс.</p> <p>12. Назовите основные принципы рационального питания студентов. Как дефицит витаминов и минералов влияет на умственную работоспособность?</p> <p>13. Какие структурные компоненты должны быть включены в программу здоровьесбережения образовательного учреждения?</p> <p>Практические вопросы:</p> <p>1. Составьте план физкультурно-оздоровительного мероприятия для детей 5–6 лет, направленного на профилактику нарушений осанки. Обоснуйте выбор методов и продолжительность мероприятия с учетом возрастных особенностей дошкольников.</p> <p>2. Разработайте алгоритм проведения мониторинга физического развития ребенка в ДОУ. Какие методы и показатели необходимо учитывать?</p> <p>3. Разработайте комплекс утренней гимнастики с элементами дыхательных упражнений для детей 4–5 лет с учетом здоровьесберегающих технологий.</p> <p>4. Составьте план профилактической работы с часто болеющими детьми в ДОУ, включая медико-гигиенические и физкультурно-оздоровительные мероприятия.</p> <p>5. Разработайте фрагмент урока с использованием здоровьесберегающих технологий (укажите методы, приемы, физкультминутки и др.).</p> <p>6. Разработайте фрагмент расписания уроков для класса с детьми с ЗПР, учитывая принципы здоровьесбережения (чередование предметов, динамические паузы, распределение нагрузок).</p> <p>7. Разработайте комплекс физкультминуток для учащихся 5-го класса, направленный на профилактику гиподинамии и утомления.</p> <p>8. Составьте рекомендации для родителей по организации режима дня младшего школьника с учетом профилактики десинхроноза.</p> <p>9. Проанализируйте данные: в школе 60% кабинетов соответствуют нормативам освещенности, а горячее питание получают 75% учащихся. Дайте рекомендации по улучшению ситуации.</p> <p>10. Составьте план мониторинга эффективности здоровьесберегающей программы ДОУ.</p>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства				
		<p>Предложите методы сбора данных</p> <p>Тестовые задания</p> <p>1. Какой документ регламентирует требования к организации питания в школах?</p> <p>а) ФГОС НОО б) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в) Федеральный закон "Об образовании" г) Приказ Минздрава № 514н</p> <p>2. Какой из перечисленных методов НЕ относится к закаливающим процедурам?</p> <p>а) Чередование видов деятельности б) Проведение физкультминуток в) Увеличение объема домашнего задания г) Соблюдение гигиенических условий</p> <p>Практические задания:</p> <p>Практическое задание 1</p> <p>1) используя материалы лекции и дополнительную учебную и научную литературу, заполнить таблицу «Компоненты здоровьесберегающей среды в ДОУ»</p>				
Компоненты среды	Нормативные требования (СанПиН, ФГОС)	Потенциальные риски для здоровья	Примеры положительного влияния	Рекомендации по оптимизации		
Пространственно-материальная среда (площади, мебель, игрушки и т.д.)						
Режим дня						
Питание						
Психологический климат						
Физиче						

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства				
		ское воспитание				
		2) используя материалы лекции и научную литературу, составить оптимальный режим дня для дошкольника (с учетом СанПиН).				
		3) принять участие в группе дискуссии: разделиться на три группы: "родителей", "воспитателей" и "медработников". Обсудить конфликтную ситуацию: родители против закаливания детей в ДОУ. Найдите компромисс.				
		Практическое задание 2				
		1) самостоятельно изучить учебную и научную литературу и заполнить таблицу "Сравнение нозологических форм дизонтогенеза": выделить первичные и вторичные дефекты, предложить методы коррекции с опорой на теории компенсации.				
		Проявление дизонтогенеза	Первичный дефект	Вторичный дефект	Возможные компенсаторные механизмы	
		Умственная отсталость				
		Задержка психического развития				
		Нарушение зрения				
		Нарушение слуха				
		Нарушение речи				
		Детский церебральный паралич				
		Расстройство аутистического спектра				
		Практическое задание 10				
		4) изучите сборник материалов I Всероссийской конференции «Научные основы здоровьесбережения детей с особыми образовательными потребностями» Научные основы здоровьесбережения детей с особыми образовательными потребностями / Сборник материалов I Всероссийской конференции «Научные основы здоровьесбережения детей с				

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>особыми образовательными потребностями» (18 ноября 2021 г., г. Москва) / Сост. С.Б. Лазуренко, К.А. Бруцкая, И.Н. Нурлыгаянов. — М.: ФГБНУ «ИКП РАО», 2021. — 149 с.</p> <p>5) выбрать научную статью из данного сборника и написать к ней аннотацию. Объем аннотации: 200-250 слов.</p> <p>6) изучить учебную и научную литературу и описать здоровьесберегающую технологию для обучающихся, имеющих ОВЗ. Провести данную технологию в группе (на практическом занятии)</p>
ПК-2.2	<p>Определяет и обосновывает структуру и этапы разработки и реализации программ развития общеобразовательной организации.</p> <p>Осуществляет поиск и выбор способов и средств реализации программ деятельности общеобразовательной организации</p>	<p>Теоретические вопросы:</p> <p>1. Дайте определение понятия "здоровье" согласно ВОЗ. Перечислите и охарактеризуйте основные компоненты здоровья (физический, психический, социальный). Назовите ключевые факторы, влияющие на здоровье детей дошкольного возраста, объясните их значимость.</p> <p>2. Каковы основные принципы здоровьесберегающей педагогики? Как реализуется принцип индивидуализации в здоровьесберегающей деятельности ДОУ? Объясните роль педагога в формировании здоровьесберегающей среды в дошкольном учреждении.</p> <p>3. Опишите основные положения теории компенсации Л.С. Выготского. В чем заключается разница между первичным и вторичным дефектами в структуре дизонтогенеза?</p> <p>4. Назовите и охарактеризуйте основные виды дизонтогенеза по классификации В.В. Лебединского. Приведите примеры для каждого вида.</p> <p>5. Опишите медико-биологическую классификацию возрастных периодов детства (раннее и первое детство). Какие морфофункциональные изменения характерны для каждого периода?</p> <p>6. Охарактеризуйте основные виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ (медико-гигиенические, физкультурно-оздоровительные, социально-психологические, образовательные).</p> <p>7. Раскройте теоретические основы сотрудничества ДОУ и семьи в вопросах здоровьесбережения. Какие принципы лежат в основе этого взаимодействия?</p> <p>8. Опишите инновационные формы взаимодействия с родителями по вопросам</p>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>здоровьесбережения. Приведите примеры их применения в практике ДОУ.</p> <p>9. Охарактеризуйте современное состояние здоровья обучающихся в России. Какие тенденции и проблемы можно выделить?</p> <p>10. Охарактеризуйте основные факторы риска здоровья школьников. Какие меры профилактики можно применить в образовательном учреждении?</p> <p>11. Объясните механизм развития утомления и переутомления у учащихся. Как педагог может предотвратить их возникновение?</p> <p>12. Какое влияние оказывают вредные привычки (курение, алкоголь, наркотики) на здоровье школьников? Какие меры профилактики можно применять в образовательном процессе?</p> <p>13. Опишите социально-педагогические факторы, влияющие на формирование здорового образа жизни студентов. Какие меры могут способствовать профилактике вредных привычек в образовательной среде?</p> <p>14. Как физическая культура влияет на полноценное развитие личности студента? Назовите ключевые аспекты интеграции физической активности в образовательный процесс.</p> <p>15. Опишите влияние сна на здоровье и работоспособность студентов. Какие фазы сна наиболее важны для восстановления когнитивных функций?</p> <p>16. Назовите основные принципы рационального питания студентов. Как дефицит витаминов и минералов влияет на умственную работоспособность?</p> <p>17. Охарактеризуйте основные абиотические факторы, влияющие на здоровье учащихся в учебном процессе. Каковы их гигиенические нормы?</p> <p>18. Какие биотические факторы могут вызывать стресс у студентов? Как педагог может минимизировать их негативное воздействие?</p> <p>19. Охарактеризуйте особенности физического развития и функционального состояния студентов в возрасте 17–25 лет. Какие физиологические изменения происходят в сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной системах?</p> <p>20. Раскройте сущность педагогической концепции здоровьесформирующей функции образования. Какие механизмы и технологии способствуют формированию здоровьесориентированной личности студента?</p>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>21. Опишите основные принципы здоровьесберегающей педагогики при обучении лиц с ОВЗ. Почему принцип «ненанесения вреда» (No posere!) является фундаментальным в этой работе?</p> <p>22. Раскройте суть здоровьесформирующей функции образования для лиц с ОВЗ. Какие методы и технологии наиболее эффективны для сохранения их физического и психического здоровья?</p> <p>Практические вопросы:</p> <p>1. Оцените предложенную ситуацию: в группе ДОУ наблюдается высокая заболеваемость ОРВИ. Какие факторы могли способствовать этому? Разработайте рекомендации по улучшению санитарно-гигиенических условий и режима дня для снижения заболеваемости в ДОУ.</p> <p>2. Проанализируйте случай ребенка с задержкой психического развития (ЗПР). Какие методы психологической диагностики и коррекции можно применить в данном случае?</p> <p>3. Разработайте рекомендации для родителей ребенка с расстройством аутистического спектра (РАС) по организации здоровьесберегающей среды дома.</p> <p>4. Проанализируйте данные мониторинга заболеваемости в группе детского сада (например, индекс здоровья, процент часто болеющих детей). Какие оздоровительные мероприятия можно рекомендовать на основе этих данных?</p> <p>5. Разработайте сценарий совместного мероприятия для детей и родителей (например, спортивный праздник или мастер-класс по здоровому питанию).</p> <p>6. Составьте план консультации для родителей на тему "Профилактика простудных заболеваний у дошкольников". Включите практические рекомендации.</p> <p>7. Составьте памятку для родителей по профилактике вредных привычек у подростков.</p> <p>8. Разработайте фрагмент расписания уроков для класса с детьми с ЗПР, учитывая принципы здоровьесбережения (чередование предметов, динамические паузы, распределение нагрузки).</p> <p>9. Составьте план мониторинга психолого-педагогического благополучия обучающегося с РАС. Какие методы и показатели вы включите?</p> <p>10. Разработайте рекомендации для педагогов по снижению учебной нагрузки и профилактике</p>

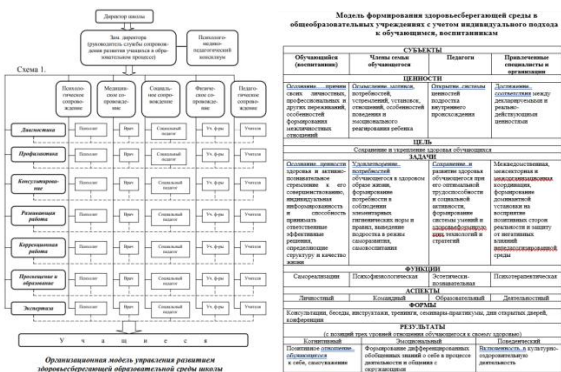
Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>переутомления у учащихся.</p> <p>11. Составьте план мероприятий по формированию здорового образа жизни среди школьников (на месяц), включая работу с родителями.</p> <p>12. Составьте рекомендации для родителей по организации режима дня младшего школьника с учетом профилактики десинхроноза.</p> <p>13. Проанализируйте данные: в школе 60% кабинетов соответствуют нормативам освещенности, а горячее питание получают 75% учащихся. Дайте рекомендации по улучшению ситуации.</p> <p>14. Проанализируйте типичные ошибки в питании студентов (пропуск завтрака, фастфуд, избыток кофеина). Предложите 3 конкретных способа их устранения.</p> <p>15. Проведите анализ учебного кабинета на соответствие санитарно-гигиеническим требованиям (освещение, шум, температура, цветовое оформление). Какие нарушения выявили и как их устранить?</p> <p>16. Проведите анализ расписания учебных занятий с точки зрения здоровьесбережения. Выявите нарушения (перегрузки, отсутствие динамических пауз) и предложите способы оптимизации.</p> <p>17. Проанализируйте расписание учебного дня для студентов с ОВЗ. Выявите потенциальные риски переутомления и предложите меры по их устранению (например, оптимизацию длительности занятий, введение дополнительных пауз).</p> <p>Тестовые задания</p> <p>1. Какой принцип здоровьесберегающей деятельности предполагает учет индивидуальных особенностей ребенка?</p> <p>а) Систематичность б) Гуманизация в) Профессиональное сотрудничество г) Субъект-субъектное взаимодействие</p> <p>2. Какой метод вовлечения родителей помогает им "прожить" день в группе вместе с детьми?</p> <p>а) Родительское собрание б) Досуг "Мы вместе, мы рядом" в) Консультация г) День открытых дверей</p> <p>Практические задания:</p> <p>Практическое задание 8</p> <p>2) самостоятельно изучить учебную и научную литературу и заполнить таблицу</p>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
----------------	----------------------------------	--------------------

«Инфекционные заболевания и их профилактика в школе»

Заболевания	Путь передачи	Симптомы	Меры профилактики в школе
Грипп	Воздушно-капельный	Температура, кашель	Вакцинация, проветривание
....			

- 2) «В школе с углубленным изучением предметов 60% старшеклассников жалуются на хроническую усталость, 25% имеют нарушения зрения»
 - определить возможные причины.
 - разработать план мероприятий для администрации школы (не менее 5 пунктов).
- 3) изучить модели управления процессом здоровьесбережения в школе. Предложить свою управленческую модель по формированию или развитию данного процесса.



Практическое задание 12

- 1) самостоятельно изучить учебную и научную литературу, здоровьесберегающие программы школ

https://shkolasoloneshenskaya-r22.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Programma_zdorov_esbere_zheniya.pdf

<https://sch42.ru/images/article/files/1705869925.pdf>

<https://www.school428.ru/wp-content/uploads/2024/03/31-Программа-здоровьесбережения-шк-№-428.pdf>

разработать паспорт здоровьесберегающей программы школы

Практическое задание 17

- 1) самостоятельно изучить учебную и научную литературу и составить комплекс упражнений (дыхательных, зрительных, двигательных) для снятия усталости на занятии для студентов, имеющих ограниченные возможности здоровья.

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства																		
		<p>2) самостоятельно изучить учебную и научную литературу и разработать календарно-тематическое планирование здоровьесберегающих мероприятий для студентов с ОВЗ в колледже или университете (на 1 учебный год).</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Месяц</th> <th>Тематика мероприятия</th> <th>Форма проведения</th> <th>Ответственные</th> <th>Целевая группа</th> <th>Ожидаемый результат</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Сентябрь</td> <td>Адаптационная неделя: - диагностика здоровья студентов - знакомство с правилами здоровьесбережения</td> <td>Анкетирование, тренинги, экскурсия по колледжу</td> <td>Медицинский работник, психолог, кураторы групп</td> <td>Студенты 1 курса, имеющие ОВЗ</td> <td>Снижение стресса, информирование о ресурсах</td> </tr> <tr> <td>...</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Месяц	Тематика мероприятия	Форма проведения	Ответственные	Целевая группа	Ожидаемый результат	Сентябрь	Адаптационная неделя: - диагностика здоровья студентов - знакомство с правилами здоровьесбережения	Анкетирование, тренинги, экскурсия по колледжу	Медицинский работник, психолог, кураторы групп	Студенты 1 курса, имеющие ОВЗ	Снижение стресса, информирование о ресурсах	...					
Месяц	Тематика мероприятия	Форма проведения	Ответственные	Целевая группа	Ожидаемый результат															
Сентябрь	Адаптационная неделя: - диагностика здоровья студентов - знакомство с правилами здоровьесбережения	Анкетирование, тренинги, экскурсия по колледжу	Медицинский работник, психолог, кураторы групп	Студенты 1 курса, имеющие ОВЗ	Снижение стресса, информирование о ресурсах															
...																				

б) Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания:

Промежуточная аттестация по дисциплине «Теоретические основы и современные практики здоровьесбережения в системе непрерывного образования» проводится в форме дифференцированного зачета.

На итоговую оценку влияет качество выполнения практических заданий на образовательном портале и выполнение тестовых заданий по каждому разделу.

Зачетная оценка может выставляться как по положениям рейтинга, определенным по СМК ОД кафедры ДиСО, так и проводится в традиционной устной форме по вопросам к зачету (который включает один теоретический и один практический вопрос).

Перечень вопросов для подготовки к зачету с оценкой:

Теоретические.

1. Дайте определение понятия "здоровье" согласно ВОЗ. Перечислите и охарактеризуйте основные компоненты здоровья (физический, психический, социальный). Назовите ключевые факторы, влияющие на здоровье детей дошкольного возраста, объясните их значимость.
2. Каковы основные принципы здоровьесберегающей педагогики? Как реализуется принцип индивидуализации в здоровьесберегающей деятельности ДОУ? Объясните роль педагога в формировании здоровьесберегающей среды в дошкольном учреждении.
3. Опишите основные положения теории компенсации Л.С. Выготского. В чем заключается разница между первичным и вторичным дефектами в структуре дизонтогенеза?
4. Назовите и охарактеризуйте основные виды дизонтогенеза по классификации В.В. Лебединского. Приведите примеры для каждого вида.
5. Дайте определение мониторинга состояния здоровья детей в ДОУ. Каковы его основные задачи и критерии оценки здоровья?
6. Опишите медико-биологическую классификацию возрастных периодов детства (раннее и первое детство). Какие морфофункциональные изменения характерны для каждого периода?
7. Охарактеризуйте основные виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ (медико-гигиенические, физкультурно-оздоровительные, социально-психологические, образовательные).
8. Каковы принципы организации здоровьесберегающей среды в дошкольном образовательном учреждении? Раскройте их значение для развития детей

9. Раскройте теоретические основы сотрудничества ДООУ и семьи в вопросах здоровьесбережения. Какие принципы лежат в основе этого взаимодействия?
10. Опишите инновационные формы взаимодействия с родителями по вопросам здоровьесбережения. Приведите примеры их применения в практике ДООУ.
11. Охарактеризуйте современное состояние здоровья обучающихся в России. Какие тенденции и проблемы можно выделить?
12. Какие нормативно-методические документы регулируют здоровьесберегающую деятельность в общеобразовательных организациях? Назовите основные требования СанПиН к организации учебного процесса.
13. Охарактеризуйте основные факторы риска здоровья школьников. Какие меры профилактики можно применить в образовательном учреждении?
14. Объясните механизм развития утомления и переутомления у учащихся. Как педагог может предотвратить их возникновение?
15. Опишите основные принципы здоровьесберегающих образовательных технологий. Как они реализуются в современной школе?
16. Какое влияние оказывают вредные привычки (курение, алкоголь, наркотики) на здоровье школьников? Какие меры профилактики можно применять в образовательном процессе?
17. Опишите классификацию здоровьесберегающих технологий в специальном и инклюзивном образовании. Назовите авторов основных подходов и приведите примеры технологий для каждой группы.
18. Раскройте алгоритм применения здоровьесберегающих технологий для обучающихся с ОВЗ. Какие критерии необходимо учитывать при выборе технологии?
19. Назовите две группы критериев оценки здоровьесберегающей деятельности школы и приведите примеры показателей для каждой группы.
20. Опишите социально-педагогические факторы, влияющие на формирование здорового образа жизни студентов. Какие меры могут способствовать профилактике вредных привычек в образовательной среде?
21. Как физическая культура влияет на полноценное развитие личности студента? Назовите ключевые аспекты интеграции физической активности в образовательный процесс.
22. Опишите влияние сна на здоровье и работоспособность студентов. Какие фазы сна наиболее важны для восстановления когнитивных функций?
23. Назовите основные принципы рационального питания студентов. Как дефицит витаминов и минералов влияет на умственную работоспособность?
24. Охарактеризуйте основные абиотические факторы, влияющие на здоровье учащихся в учебном процессе. Каковы их гигиенические нормы?
25. Какие биотические факторы могут вызывать стресс у студентов? Как педагог может минимизировать их негативное воздействие?
26. Охарактеризуйте особенности физического развития и функционального состояния студентов в возрасте 17–25 лет. Какие физиологические изменения происходят в сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной системах?
27. Раскройте сущность педагогической концепции здоровьесформирующей функции образования. Какие механизмы и технологии способствуют формированию здоровьесориентированной личности студента?
28. Опишите основные принципы здоровьесберегающей педагогики при обучении лиц с ОВЗ. Почему принцип «ненанесения вреда» (No posere!) является фундаментальным в этой работе?
29. Раскройте суть здоровьесформирующей функции образования для лиц с ОВЗ. Какие методы и технологии наиболее эффективны для сохранения их физического и психического здоровья?
30. Какие структурные компоненты должны быть включены в программу здоровьесбережения образовательного учреждения?

Практические.

1. Составьте план физкультурно-оздоровительного мероприятия для детей 5–6 лет, направленного на профилактику нарушений осанки. Обоснуйте выбор методов и продолжительность мероприятия с учетом возрастных особенностей дошкольников.
2. Оцените предложенную ситуацию: в группе ДОО наблюдается высокая заболеваемость ОРВИ. Какие факторы могли способствовать этому? Разработайте рекомендации по улучшению санитарно-гигиенических условий и режима дня для снижения заболеваемости в ДОО.
3. Проанализируйте случай ребенка с задержкой психического развития (ЗПР). Какие методы психологической диагностики и коррекции можно применить в данном случае?
4. Разработайте рекомендации для родителей ребенка с расстройством аутистического спектра (РАС) по организации здоровьесберегающей среды дома.
5. Разработайте алгоритм проведения мониторинга физического развития ребенка в ДОО. Какие методы и показатели необходимо учитывать?
6. Проанализируйте данные мониторинга заболеваемости в группе детского сада (например, индекс здоровья, процент часто болеющих детей). Какие оздоровительные мероприятия можно рекомендовать на основе этих данных?
7. Разработайте комплекс утренней гимнастики с элементами дыхательных упражнений для детей 4–5 лет с учетом здоровьесберегающих технологий.
8. Составьте план профилактической работы с часто болеющими детьми в ДОО, включая медико-гигиенические и физкультурно-оздоровительные мероприятия.
9. Разработайте сценарий совместного мероприятия для детей и родителей (например, спортивный праздник или мастер-класс по здоровому питанию).
10. Составьте план консультации для родителей на тему "Профилактика простудных заболеваний у дошкольников". Включите практические рекомендации.
11. Разработайте фрагмент урока с использованием здоровьесберегающих технологий (укажите методы, приемы, физкультминутки и др.).
12. Составьте памятку для родителей по профилактике вредных привычек у подростков.
13. Разработайте фрагмент расписания уроков для класса с детьми с ЗПР, учитывая принципы здоровьесбережения (чередование предметов, динамические паузы, распределение нагрузки).
14. Составьте план мониторинга психолого-педагогического благополучия обучающегося с РАС. Какие методы и показатели вы включите?
15. Разработайте рекомендации для педагогов по снижению учебной нагрузки и профилактике переутомления у учащихся.
16. Составьте план мероприятий по формированию здорового образа жизни среди школьников (на месяц), включая работу с родителями.
17. Разработайте комплекс физкультминутки для учащихся 5-го класса, направленный на профилактику гиподинамии и утомления.
18. Составьте рекомендации для родителей по организации режима дня младшего школьника с учетом профилактики десинхроноза.
19. Проанализируйте данные: в школе 60% кабинетов соответствуют нормативам освещенности, а горячее питание получают 75% учащихся. Дайте рекомендации по улучшению ситуации.
20. Проанализируйте типичные ошибки в питании студентов (пропуск завтрака, фастфуд, избыток кофеина). Предложите 3 конкретных способа их устранения.
21. Разработайте рекомендации по организации урока производственного обучения с учетом здоровьесберегающих технологий (на основе критериев Н.К. Смирнова).
22. Проведите анализ учебного кабинета на соответствие санитарно-гигиеническим требованиям (освещение, шум, температура, цветовое оформление). Какие нарушения выявили и как их устранить?
23. Разработайте комплекс мер по внедрению здоровьесберегающих технологий в учебный процесс вуза (на основе модели Н.К. Смирнова). Укажите конкретные мероприятия для 2–3 блоков (например, организация физкультурно-оздоровительной работы и просветительская деятельность).

24. Проведите анализ расписания учебных занятий с точки зрения здоровьесбережения. Выявите нарушения (перегрузки, отсутствие динамических пауз) и предложите способы оптимизации.
25. Разработайте фрагмент учебного занятия для лиц с ОВЗ с применением здоровьесберегающих технологий (укажите не менее 3 методов, например, динамические паузы, релаксацию, пальчиковую гимнастику). Обоснуйте их выбор.
26. Проанализируйте расписание учебного дня для студентов с ОВЗ. Выявите потенциальные риски переутомления и предложите меры по их устранению (например, оптимизацию длительности занятий, введение дополнительных пауз).
27. Разработайте фрагмент здоровьесберегающей программы для колледжа (СПО) с акцентом на профилактику нарушений опорно-двигательного аппарата у студентов. Опишите 2-3 конкретных мероприятия.
28. Составьте план мониторинга эффективности здоровьесберегающей программы ВУЗа. Предложите методы сбора данных
29. Составьте план мониторинга эффективности здоровьесберегающей программы школы. Предложите методы сбора данных
30. Составьте план мониторинга эффективности здоровьесберегающей программы ДОУ. Предложите методы сбора данных

Критерии обучения по дисциплине «Теоретические основы и современные практики здоровьесбережения в системе непрерывного образования»:

– на оценку **«отлично»** студент должен знать базовые понятия дисциплины, социальные, возрастные, психофизиологические и индивидуальные особенности обучающихся, их образовательные потребности, в том числе особые образовательные потребности обучающихся, имеющих ограниченные возможности здоровья; знать нормативно-методические основы здоровьесберегающей деятельности в образовательных организациях, классификации дизонтогенеза, теории компенсации, факторы риска для здоровья обучающихся, современные здоровьесберегающие технологии и методы их применения в ДОУ, школе и вузе; уметь анализировать и применять знания о возрастных и индивидуальных особенностях обучающихся при проектировании здоровьесберегающей среды; разрабатывать и реализовывать программы здоровьесбережения с учетом требований образовательных стандартов; проводить мониторинг здоровья и психолого-педагогического благополучия обучающихся; применять здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе, критически оценивать их эффективность и оптимизировать в зависимости от ситуации; взаимодействовать с родителями и педагогами по вопросам здоровьесбережения, владеть навыками проектирования здоровьесберегающей образовательной среды, методами оценки эффективности здоровьесберегающих программ, технологиями профилактики негативных факторов образовательного процесса;

– на оценку **«хорошо»** – студент должен понимать базовые понятия дисциплины, социальные, возрастные, психофизиологические и индивидуальные особенности обучающихся, их образовательные потребности, в том числе особые образовательные потребности обучающихся, имеющих ограниченные возможности здоровья, знать ключевые нормативно-методические основы здоровьесберегающей деятельности в образовательных организациях, классификации дизонтогенеза, теории компенсации, основные факторы риска для здоровья обучающихся, современные здоровьесберегающие технологии и методы их применения в ДОУ, школе и вузе; частично уметь анализировать и применять знания о возрастных и индивидуальных особенностях обучающихся при проектировании здоровьесберегающей среды; разрабатывать и реализовывать программы здоровьесбережения с учетом требований образовательных стандартов, допуская незначительные недочеты; проводить отдельные методы мониторинга здоровья и психолого-педагогического благополучия обучающихся; частично применять здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе; взаимодействовать с родителями и педагогами по вопросам здоровьесбережения; владеть базовыми навыками

проектирования здоровьесберегающей образовательной среды, отдельными методами оценки эффективности здоровьесберегающих программ, технологиями профилактики негативных факторов образовательного процесса, но допускать ошибки при их самостоятельном применении;

– на оценку *«удовлетворительно»* – студент затрудняется в определении и характеристике базовых понятий дисциплины, определении социальных, возрастных, психофизиологических и индивидуальных особенностей обучающихся, их образовательных потребностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся, имеющих ограниченные возможности здоровья, интерпретации нормативных документов здоровьесберегающей деятельности в образовательных организациях, не в полной мере понимает методы мониторинга, не способен предложить эффективные меры профилактики нарушений, частично умеет применять знания возрастных психофизиологических и индивидуальных особенностей обучающихся и требования образовательных стандартов к реализации образовательных программ, владеет ограниченными технологиями профилактики негативных факторов образовательного процесса, но не способен к их самостоятельной реализации, не владеет базовыми навыками проектирования здоровьесберегающей образовательной среды, отдельными методами оценки эффективности здоровьесберегающих программ;

– на оценку *«неудовлетворительно»* – студент не понимает сути базовых понятий дисциплины, не знает социальные, возрастные психофизиологические и индивидуальные особенности обучающихся, их образовательные потребности, в том числе особые образовательные потребности обучающихся, имеющих ограниченные возможности здоровья; не умеет анализировать и применять знания о возрастных и индивидуальных особенностях обучающихся при проектировании здоровьесберегающей среды; разрабатывать и реализовывать программы здоровьесбережения с учетом требований образовательных стандартов; проводить мониторинг здоровья и психолого-педагогического благополучия обучающихся; применять здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе; взаимодействовать с родителями и педагогами по вопросам здоровьесбережения; не владеет умениями проектирования здоровьесберегающей образовательной среды, методами оценки эффективности здоровьесберегающих программ, технологиями профилактики негативных факторов образовательного процесса.