МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ,
МИНИСТЕРСТВО НАУКИ, ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ И ИННОВАЦИЙ
КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МОО ВО Кыргызско-Российский Славянский университет
имени первого Президента Российской Федерации Б.Н. Ельцина

УТВЕРЖДАЮ
Директор АО им. Л.С. Выготского
(должность)
Баудинова Н.А.
(ФИО)
1 октября 2026 г.

Здоровьесберегающие технологии в начальном образовании

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Высшая школа психологии и педагогики**

Учебный план b440301_26_1 ПО Начальное образование.plx
Направление 44.03.01 – РФ, 550700 - КР Педагогическое образование
профиль «Начальное образование» (в билингвальной образовательной среде)

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72

в том числе:

аудиторные занятия 28

самостоятельная работа 43,8

Виды контроля в семестрах:
зачет с оценкой 7

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	7 (4.1)		Итого	
Недель	14			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	14	14	14	14
Практические	14	14	14	14
Контактная работа в период теоретического обучения	0,2	0,2	0,2	0,2
В том числе инт.	6	6	6	6
В том числе в форме практ.подготовки	2	2	2	2
Итого ауд.	28	28	28	28
Контактная работа	28,2	28,2	28,2	28,2
Сам. работа	43,8	43,8	43,8	43,8
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

_____

Рецензент(ы):

_____

Согласовано РОП:

_____

Рабочая программа дисциплины

Здоровьесберегающие технологии в начальном образовании

разработана в соответствии с ФГОС 3++:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

составлена на основании учебного плана:

Направление 44.03.01 – РФ, 550700 - КР Педагогическое образование
профиль «Начальное образование» (в билингвальной образовательной среде)
утвержденного учёным советом вуза от 26.06.2026 протокол № 11.

Рабочая программа одобрена на заседании _____

Протокол от 18.09.2025 г. № 2
Срок действия программы: 2025-2029 уч.г.
Руководитель подразделения:Баудинова Наргиз Акбаровна

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ
к рабочей программе дисциплины (модуля)

Здоровьесберегающие технологии в начальном образовании

наименование дисциплины

№ п/п	Основание внесения изменения	Раздел/ пункт	Содержание изменения
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	Сформировать у студентов способность к организации учебно-воспитательного процесса в образовательных учреждениях начального, среднего профессионального и дополнительного профессионального образования с использованием здоровьесберегающих технологий, воспитанием навыков здорового образа жизни с целью сохранения и укрепления состояния здоровья обучающихся.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.В
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Основы медицинских знаний
2.1.2	Технологическая (проектно-технологическая) практика 1
2.1.3	Проектирование учителем начальных классов рабочих программ по предметам
2.1.4	Теории обучения и воспитания
2.1.5	Поликультурное образование в многоязычной школе
2.1.6	Введение в специальность
2.1.7	История педагогики и образования
2.1.8	Технологии психолого-педагогической диагностики и педагогических измерений
2.1.9	Информационные технологии в образовании
2.1.10	Подготовка детей к школе
2.1.11	Проектная деятельность в образовании
2.1.12	Практика по профилю подготовки
2.1.13	Искусство и технология
2.1.14	Информационно-методическое обеспечение деятельности учителя начальных классов
2.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
2.2.2	Интегрированное обучение предмету и языку
2.2.3	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
ПК-2: Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	
Знать:	
Уровень 1	цели, задачи и принципы воспитательной деятельности в начальном общем образовании;
Уровень 2	психолого-педагогические основы формирования ценностного отношения к здоровью у младших школьников;
Уровень 3	содержание и формы воспитательной работы, направленной на сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся;
Уметь:	
Уровень 1	планировать и реализовывать воспитательные мероприятия с использованием здоровьесберегающих технологий;
Уровень 2	формировать у младших школьников навыки безопасного и здорового образа жизни;
Уровень 3	учитывать возрастные и индивидуальные особенности обучающихся при организации воспитательной деятельности;
Владеть:	
Уровень 1	методами и приёмами воспитательной работы, направленной на формирование культуры здоровья;
Уровень 2	навыками организации воспитательных мероприятий с учётом принципов здоровьесбережения;
Уровень 3	способами педагогической поддержки и сопровождения обучающихся в процессе воспитания;

ПК-3: Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов	
Знать:	
Уровень 1	компоненты здоровьесберегающей образовательной среды в начальной школе;
Уровень 2	влияние образовательной среды на личностное развитие, учебную мотивацию и здоровье младших школьников;
Уровень 3	здоровьесберегающие технологии, интегрируемые в учебные предметы начального образования.
Уметь:	

Уровень 1	проектировать развивающую образовательную среду с учётом принципов здоровьесбережения;
Уровень 2	применять здоровьесберегающие технологии в процессе преподавания учебных предметов;
Уровень 3	создавать условия для снижения утомляемости и повышения работоспособности обучающихся;
Владеть:	
Уровень 1	технологиями организации развивающей и здоровьесберегающей образовательной среды;
Уровень 2	приёмами адаптации учебного материала с учётом возрастных и психофизиологических особенностей младших школьников;
Уровень 3	навыками мониторинга и оценки эффективности образовательной среды с позиции сохранения здоровья;

ПК-4: Способен разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы в соответствии с потребностями различных социальных групп	
Знать:	
Уровень 1	основы культурно-просветительской деятельности в сфере образования и здоровья;
Уровень 2	формы и методы просветительской работы по формированию культуры здорового образа жизни;
Уровень 3	особенности взаимодействия с различными социальными группами (дети, родители, педагогическое сообщество);
Уметь:	
Уровень 1	разрабатывать культурно-просветительские программы и мероприятия по вопросам здоровьесбережения;
Уровень 2	адаптировать содержание программ с учётом возрастных, социальных и культурных особенностей целевой аудитории;
Уровень 3	организовывать просветительскую работу с родителями младших школьников;
Владеть:	
Уровень 1	методами и технологиями культурно-просветительской деятельности в области здоровьесбережения;
Уровень 2	навыками проектирования и реализации программ по формированию культуры здоровья;
Уровень 3	опытом межсубъектного взаимодействия при реализации здоровьесберегающих инициатив;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	**Знать:**
3.1.1	теоретические основы здоровьесбережения в системе начального общего образования;
3.1.2	возрастные, психофизиологические и индивидуальные особенности младших школьников;
3.1.3	основные виды здоровьесберегающих технологий, применяемых в начальной школе (физкультминутки, динамические паузы, игровые, релаксационные, дыхательные и коррекционные технологии);
3.1.4	нормативно-правовые требования к организации образовательного процесса с позиции охраны и укрепления здоровья обучающихся;
3.1.5	факторы школьной среды, влияющие на физическое и психическое здоровье младших школьников.
3.2	**Уметь:**
3.2.1	проектировать и организовывать образовательный процесс с использованием здоровьесберегающих технологий;
3.2.2	подбирать и применять адекватные возрасту формы, методы и приёмы сохранения и укрепления здоровья младших школьников;
3.2.3	интегрировать элементы здоровьесбережения в урочную и внеурочную деятельность;
3.2.4	создавать безопасную, психологически комфортную образовательную среду;
3.2.5	оценивать состояние утомляемости и работоспособности обучающихся и корректировать учебную нагрузку.
3.3	**Владеть:**
3.3.1	применения здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и воспитания младших школьников;
3.3.2	проведения физкультминуток, динамических пауз и упражнений для профилактики утомления;
3.3.3	организации учебного взаимодействия с учётом принципов охраны здоровья и психического благополучия детей;
3.3.4	анализа и рефлексии собственной педагогической деятельности с позиции здоровьесбережения;
3.3.5	взаимодействия с обучающимися и их родителями по вопросам формирования культуры здорового образа жизни.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)								
Код занятия	**Наименование разделов и тем /вид занятия/**	**Семестр / Курс**	**Часов**	**Компетен-ции**	**Литература**	**Инте ракт.**	**Пр. подг.**	**Примечание**
	Раздел 1. Понятие индивидуального здоровья человека							

1.1	Понятие индивидуального здоровья человека /Лек/	7	2	ПК-2 ПК-3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			лекция с элементами беседы
1.2	Концепция индивидуального здоровья. Основные факторы, формирующие здоровье. /Пр/	7	2	ПК-2 ПК-3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3	2		работа в парах
1.3	Оценка индивидуального здоровья человека. /Ср/	7	3	ПК-2 ПК-3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			
1.4	/КрТО/	7	0,2		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			
	Раздел 2. Оценка функционального состояния здоровья человека методом скрининг-диагностики							
2.1	Оценка функционального состояния здоровья человека методом скринингдиагностики /Лек/	7	2	ПК-2 ПК-3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			лекция-презентация
2.2	Критерии оптимального состояния систем организма. Индивидуальная оценка уровня здоровья по основным системам организма. Скрининг -диагностика состояния здоровья при физической нагрузке. /Пр/	7	2	ПК-2 ПК-3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3	2		защита презентаций
2.3	Дополнительное медицинское обследование. Оценка морфофункционального типа конституции. Оценка заболеваемости детей в общеобразовательных учреждениях /Ср/	7	5	ПК-2 ПК-3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			
	Раздел 3. Оценка психического здоровья человека и коррекция личностных расстройств							
3.1	Оценка психического здоровья человека и коррекция личностных расстройств /Лек/	7	2	ПК-2 ПК-3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			мозговой штурм
3.2	Дети с пограничными состояниями. Методика определения темперамента и индивидуальных свойств человека /Пр/	7	2	ПК-2 ПК-3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3	2		работа в малых группах

3.3	Опасность стрессов для здоровья человека и оценка уровня ситуационной (реактивной) тревожности. Оценка нервно-психических отклонений ребенка. Психодиагностика, коррекция и профилактика школьных неврозов и пограничных личностных расстройств /Ср/	7	6	ПК-2 ПК-3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			
	Раздел 4. Оценка уровня биологического и полового созревания							
4.1	Оценка уровня биологического и полового созревания /Лек/	7	2	ПК-2 ПК-3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			лекция-дискуссия
4.2	Определение уровня биологического созревания по зубной формуле (для учащихся младших классов). Определение уровня полового созревания по вторичным половым признакам (для учащихся старших классов). /Пр/	7	2	ПК-2 ПК-3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			практикум
4.3	Определение биологического возраста с учетом расчетного метода интегрального описания здоровья человека /Ср/	7	6	ПК-2 ПК-3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			
	Раздел 5. Оценка пищевого статуса организма							
5.1	Оценка пищевого статуса организма /Лек/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			мультимедийная лекция
5.2	Хронотип человека. Определение биологических ритмов — физического, эмоционального и интеллектуального /Пр/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			круглый стол
5.3	Определение биологических ритмов — физического, эмоционального и интеллектуального /Ср/	7	5		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			
	Раздел 6. Оценка работоспособности у школьников и взрослых							
6.1	Оценка работоспособности у школьников и взрослых /Лек/	7	1		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			лекция-дискуссия
6.2	Общая характеристика пищевого статуса. Признаки витаминной недостаточности /Пр/	7	1		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			работа в мини-группах

6.3	Оценка пищевого статуса /Ср/	7	6		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			
	Раздел 7. Вегетососудистая дистония							
7.1	Вегетососудистая дистония. Скрининг-диагностика функциональных резервов сердечнососудистой и респираторной систем в зависимости от возраста /Лек/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			мозговой штурм
7.2	Общая характеристика пищевого статуса. Признаки витаминной недостаточности /Пр/	7	1		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			коллоквиум
7.3	Возрастные периоды риска формирования вегетативных нарушений /Ср/	7	6		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			
	Раздел 8. Организация оздоровительных мероприятий в школе							
8.1	Организация оздоровительных мероприятий в школе /Лек/	7	1		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			мультимедийная лекция
8.2	Реабилитационная программа оздоровления школьников /Пр/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3		2	защита индивидуальных проектов
8.3	Вредные привычки и профилактические мероприятия (работа в оздоровительных центрах). Паспорт здоровья. /Ср/	7	6,8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Уровень «ЗНАТЬ»
Понятие здоровья и его основные компоненты.
Индивидуальное здоровье человека: сущность и структура.
Биологические, социальные и психологические факторы здоровья.
Особенности здоровья детей младшего школьного возраста.
Возрастные этапы развития младших школьников.
Психофизиологические особенности детей 6–10 лет.
Понятие здоровьесберегающих технологий в образовании.
Классификация здоровьесберегающих технологий.
Физкультминутки как элемент здоровьесбережения.
Динамические паузы и их значение для профилактики утомления.
Релаксационные и дыхательные упражнения в начальной школе.
Понятие образовательной среды.
Структура здоровьесберегающей образовательной среды.
Влияние учебной нагрузки на здоровье школьников.
Утомляемость и работоспособность обучающихся.
Понятие психического здоровья ребёнка.
Факторы риска нарушения психического здоровья школьников.
Стресс и тревожность в младшем школьном возрасте.
Профилактика школьных стрессов.
Роль учителя в сохранении здоровья обучающихся.

Воспитательная деятельность в начальной школе.
Формирование культуры здорового образа жизни у детей.
Понятие культурно-просветительской деятельности.
Формы просветительской работы по вопросам здоровья.
Взаимодействие школы и семьи в сфере здоровьесбережения.
Нормативно-правовые основы охраны здоровья обучающихся.
Требования ФГОС НОО к условиям обучения.
Оздоровительные мероприятия в образовательной организации.
Профилактика вредных привычек у детей.

Уровень «УМЕТЬ»
Подбирать здоровьесберегающие технологии с учётом возраста обучающихся.
Проектировать фрагмент урока с элементами здоровьесбережения.
Разрабатывать комплекс физкультминуток для младших школьников.
Планировать динамические паузы в структуре урока.
Применять релаксационные упражнения в учебном процессе.
Анализировать учебную нагрузку с позиции сохранения здоровья.
Определять признаки утомляемости у обучающихся.
Корректировать учебную деятельность при снижении работоспособности детей.
Создавать психологически комфортную образовательную среду.
Учитывать индивидуальные особенности детей при организации обучения.
Интегрировать здоровьесберегающие технологии в разные учебные предметы.
Планировать воспитательные мероприятия, направленные на формирование ЗОЖ.
Подбирать формы воспитательной работы по вопросам здоровья.
Проектировать элементы развивающей образовательной среды класса.
Анализировать педагогические ситуации с позиции здоровьесбережения.
Разрабатывать рекомендации по профилактике школьных стрессов.
Подготавливать памятки для родителей по вопросам сохранения здоровья детей.
Организовывать взаимодействие с родителями по проблемам ЗОЖ.
Оценивать влияние образовательной среды на состояние обучающихся.
Подбирать методы просветительской работы для различных социальных групп.
Разрабатывать культурно-просветительские мероприятия по формированию ЗОЖ.
Адаптировать содержание программ под особенности целевой аудитории.
Использовать игровые методы в здоровьесберегающей деятельности.
Планировать режим учебной и внеурочной деятельности.
Анализировать эффективность применяемых здоровьесберегающих технологий.
Составлять план оздоровительных мероприятий в школе.
Выявлять факторы риска для здоровья обучающихся.
Подбирать формы профилактической работы в школе.
Проектировать безопасное образовательное пространство класса.
Формулировать педагогические выводы по результатам анализа состояния здоровья детей.
Значение здоровьесберегающих технологий для качества образования.

Уровень «ВЛАДЕТЬ»
Навыками применения здоровьесберегающих технологий.
Навыками проведения физкультминуток.
Навыками организации динамических пауз.
Приёмами релаксации и снятия напряжения.
Методами профилактики утомляемости.
Технологиями формирования культуры ЗОЖ.
Навыками проектирования здоровьесберегающей среды.
Приёмами адаптации учебного материала.
Навыками педагогической поддержки обучающихся.
Методами создания психологического комфорта в классе.
Навыками анализа педагогической деятельности.
Приёмами мониторинга работоспособности обучающихся.
Навыками планирования воспитательной деятельности.
Технологиями взаимодействия с родителями.
Навыками разработки просветительских материалов.
Методами культурно-просветительской деятельности.
Навыками реализации профилактических программ.
Приёмами межсубъектного взаимодействия.
Навыками педагогической рефлексии.
Методами оценки эффективности оздоровительных мероприятий.
Навыками организации внеурочной оздоровительной деятельности.
Приёмами педагогической диагностики факторов риска.
Навыками моделирования педагогических ситуаций.
Методами формирования ценностного отношения к здоровью.

Навыками разработки мини-проектов по ЗОЖ.
Приёмами профилактики школьных стрессов.
Навыками организации безопасного образовательного пространства.
Методами педагогического сопровождения обучающихся.
Навыками оценки образовательной среды с позиции здоровья.
Опытом применения здоровьесберегающих технологий в профессии.

Темы рефератов
Здоровьесберегающие технологии в начальном образовании.
Понятие индивидуального здоровья ребёнка.
Возрастные особенности младших школьников и здоровье.
Психофизиология младшего школьного возраста.
Факторы риска нарушения здоровья школьников.
Утомляемость и работоспособность детей.
Психическое здоровье младших школьников.
Стресс и тревожность в младшем школьном возрасте.
Профилактика школьных неврозов.
Роль учителя в сохранении здоровья обучающихся.
Здоровьесберегающая образовательная среда.
Воспитательный потенциал здоровьесберегающих технологий.
Формирование культуры ЗОЖ у младших школьников.
Физкультминутки как педагогическая технология.
Динамические паузы в учебном процессе.
Релаксационные технологии в начальной школе.
Взаимодействие школы и семьи в вопросах здоровья.
Просветительская работа с родителями.
Культурно-просветительская деятельность педагога.
Оздоровительные мероприятия в школе.
Профилактика вредных привычек у детей.
Безопасная образовательная среда.
Психологический комфорт в классе.
ЗОЖ как ценность начального образования.
Игровые методы в здоровьесбережении.
Индивидуализация обучения и здоровье.
Мониторинг здоровья обучающихся.
Педагогическая профилактика стрессов.
Современные подходы к здоровьесбережению.
Здоровье как результат воспитательной деятельности.

Темы презентаций
Компоненты здоровья человека.
Факторы формирования здоровья детей.
Возрастные особенности младших школьников.
Здоровьесберегающие технологии: классификация.
Физкультминутки в начальной школе.
Динамические паузы на уроке.
Релаксационные упражнения для детей.
Дыхательные упражнения в обучении.
Здоровьесберегающая образовательная среда.
Утомляемость школьников.
Работоспособность и её поддержание.
Психическое здоровье младших школьников.
Стресс в учебной деятельности.
Тревожность и её профилактика.
Воспитательная деятельность и здоровье.
Формирование культуры ЗОЖ.
Взаимодействие школы и семьи.
Просветительская деятельность педагога.
Оздоровительные мероприятия в школе.
Профилактика вредных привычек.
Психологический комфорт в классе.
Безопасная образовательная среда.
Игровые технологии здоровьесбережения.
Индивидуальный подход и здоровье.
Педагогическая поддержка обучающихся.
Мониторинг здоровья детей.
Профилактика школьных стрессов.
Роль учителя в сохранении здоровья.

Современные здоровьесберегающие практики.
Здоровье как педагогическая ценность.

5.2. Темы курсовых работ (проектов)

не предусмотрено

5.3. Фонд оценочных средств

Контрольные вопросы для зачета:
Понятие здоровья и его значение в образовании.
Индивидуальное здоровье человека.
Факторы, формирующие здоровье детей.
Возрастные особенности младших школьников.
Психофизиологические особенности детей 6–10 лет.
Сущность здоровьесберегающих технологий.
Классификация здоровьесберегающих технологий.
Здоровьесберегающая образовательная среда.
Учебная нагрузка и здоровье школьников.
Утомляемость обучающихся.
Работоспособность и её поддержание.
Психическое здоровье младших школьников.
Стресс и тревожность у детей.
Профилактика школьных стрессов.
Физкультминутки в учебном процессе.
Динамические паузы и их значение.
Релаксационные технологии в школе.
Воспитательная деятельность как фактор здоровья.
Формирование культуры ЗОЖ.
Роль учителя в здоровьесбережении.
Взаимодействие школы и семьи.
Культурно-просветительская деятельность педагога.
Просветительская работа с родителями.
Оздоровительные мероприятия в школе.
Профилактика вредных привычек.
Психологический комфорт в образовательной среде.
Безопасность образовательного пространства.
Нормативно-правовые основы охраны здоровья обучающихся.
Мониторинг состояния здоровья школьников.
Значение здоровьесберегающих технологий для качества образования.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Контрольные вопросы и задания по уровням обученности
Темы рефератов
Темы презентаций
Контрольные вопросы для зачета

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Абульханова К. А., Баскакова Я. А., Болотова Н. П., Городилина М. В., Звонова Е. В., Зотова О. Н., Ильин В. А., Керимова И. А., Клемантович И. П., Леванова Е. А., Мажар Н. Е., Михайлова Е. А., Морозюк С. Н., Морозюк Ю. В., Мудрик А. В., Никитский М. В., Петрина З. И., Плешаков В. А., Плешакова К. А., Попова С. Ю., Пушкарева Т. В., Реут Д. В., Серых А. Б., Серякова С. Б., Свирин Д. В., Степанов В. Г., Тарабакина Л. В., Ушаков С. И., Чибисова М. Ю.	Психолого-педагогические проблемы современного социума: Коллективная монография	Москва: Московский педагогический государственный университет 2018
Л1.2	Выготский Л. С., Каптерев П. Ф., Занков Л. В., Богоявленский Д. Н., Менчинская Н. А., Давыдов В. В., Маркова А. К., Гальперин П. Я., Ительсон Л. Б., Матюшкин А. М., Эльконин Д. Б., Волков К. Н., Ильин Е. И., Матис Т. А., Орлов Л. Б., Фельдштейн Д. И., Фридман Л. М., Кулагина И. Ю., Бодалев Л. Л., Добрович А. Б., Массен Г., Конгер Дж., Каган Дж., Хастон А., Надирашвили Ш. А., Петровский А. В., Рыбакова М. М., Славина Л. С., Бернс Р., Зеер Э. Ф., Карандашев В. Н., Пронина Н. А., Романова Е. В.	Педагогическая психология: Хрестоматия для студентов педагогических направлений подготовки	Тула: Тульский государственный педагогический университет имени Л.Н. Толстого 2019
Л1.3	Цибульникова В. Е., Леванова Е. А., Леванова Е. А.	Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании: Учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов	Москва: Московский педагогический государственный университет 2017
6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Рубинштейн С. Л.	Основы общей психологии: монография	СПб.: Питер 2002,

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.2	Костюк Г. С., Эльконин Д. Б., Запорожец А. В., Леонтьев А. Н., Выготский Л. С., Фельдштейн Д. И., Эриксон Э. Г., Хьелл Л., Зиглер Д., Бауэр Т., Божович Л. И., Уайт Б., Ананьев Б. Г., Марцинковская Т. Д., Рыбалко Е. Ф., Пронина Н. А., Романова Е. В.	Возрастная психология: Хрестоматия для студентов педагогических направлений подготовки	Тула: Тульский государственный педагогический университет имени Л.Н. Толстого 2019
Л2.3	Голиков Ю. Я., Поваренков Ю. П., Стрелков Ю. К., Зеер Э. Ф., Кабаченко Т. С., Боровикова С. А., Носкова О. Г., Конопкин О. А., Лукьянова Н. Ф., Пряжников Н. С., Завалова Н. Д., Котик М. А., Дмитриева М. А., Корнеева Л. Н., Анцыферова Л. И., Дикая Л. Г., Абульханова-Славская К. А., Ильин Е. П., Иванова Е. И., Климов Е. А., Панов Д. Ю., Завалишина Д. Н., Ошанин Д. А., Никифоров Г. С., Зараковский Г. М., Суходольский Г. В., Зинченко В. П., Мунипов В. М., Моросанова В. И., Медведев В. И., Шадриков В. Д., Небылицын В. Д., Зазыкин В. Г., Павлов В. В., Толочек В. А., Пономаренко В. А., Бодров В. А., Ломов Б. Ф., Ананьев Б. Г., Кузнецова А. С., Леонтьев А. Н., Костин А. Н., Зимичев А. М., Журавлев А. Л., Маркова А. К., Нафтульев А. И., Карпов А. В., Брушлинский А. В., Леонова А. Б., Реан А. А., Обознов А. А., Крылов А. А., Деркач А. А., Бодров В. А.	Психологические основы профессиональной деятельности: Хрестоматия	Москва: ПЕР СЭ 2007
6.1.3. Методические разработки			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1	Цибульникова В. Е.	Образовательные системы и педагогические технологии: Учебно-методический комплекс дисциплины	Москва: Московский педагогический государственный университет 2016
Л3.2	Цибульникова В. Е.	Тьюторство в образовании: Учебно-методический комплекс дисциплины	Москва: Московский педагогический государственный университет 2016
Л3.3	Цибульникова В. Е.	Управление качеством образования: Учебно-методический комплекс дисциплины	Москва: Московский педагогический государственный университет 2016

6.3. Перечень информационных и образовательных технологий

6.3.1 Компетентностно-ориентированные образовательные технологии

6.3.1.1	Традиционные образовательные технологии – лекции, практические занятия репродуктивного типа, ориентированные прежде всего на сообщение знаний и способов действий, передаваемых студентам в готовом виде и предназначенных для воспроизводящего усвоения и разбора конкретных образцов. Инновационные образовательные технологии – занятия в интерактивной форме, которые формируют системное мышления и способность генерировать идеи при решении различных творческих задач. К ним относятся электронные тексты лекций с презентациями, практические занятия, использующие технологию содружества (решение ситуационных задач в малых группах) Информационные образовательные технологии –самостоятельное использование студентом компьютерной техники и интернет-ресурсов для выполнения практических заданий и самостоятельной работы.

6.3.2 Перечень информационных справочных систем и программного обеспечения

6.3.2.1	Онлайн сервисы для учебы SolverBook - http://ru.solverbook.com/spravochnik/differencialnye-uravneniya/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа (практических), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), проведения практик. Стандартное оборудование (учебная мебель для обучающихся, рабочее место преподавателя, доска)

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Оценка результатов самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в начальном образовании» организуется как единство двух форм контроля самостоятельной работы: организация самоконтроля обучающихся и контроль со стороны преподавателя.

Организация самоконтроля зависит от степени предварительной подготовки обучающихся в период обучения в вузе, уровня сформированности ответственности за результаты собственного обучения, заинтересованности и мотивации в положительной оценке своего труда. Самостоятельная работа обучающихся направлена на углубление и закрепление теоретических знаний, формирование умений и навыков применения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе начальной школы.

Основная задача преподавателя заключается в создании необходимых условий для организации и выполнения самостоятельной работы обучающихся, что выражается, прежде всего, в обеспечении учебно-методическими материалами, а также в рациональном использовании различных стимулов для активизации учебной деятельности (в том числе рейтинговой системы оценки).

Особое внимание уделяется созданию заинтересованной и благожелательной атмосферы в процессе проведения контроля знаний при оценке самостоятельной работы обучающихся во время практических занятий, семинаров и консультаций. По окончании изучения дисциплины проводится промежуточная аттестация в форме зачёта с оценкой. Таким образом, усвоение учебного материала в процессе самостоятельного изучения учебной и научной литературы является одновременно подготовкой к текущему контролю и промежуточной аттестации.

Обучающийся, показавший высокий уровень владения знаниями, умениями и навыками (опытом деятельности) по предложенным вопросам, считается успешно освоившим дисциплину. В случае возникновения значительных затруднений при раскрытии вопроса на зачёте обучающемуся предоставляется возможность повторной подготовки и повторной сдачи зачёта в установленном порядке.

Для успешного освоения дисциплины обучающемуся необходимо соблюдать следующие требования:

посещать все учебные занятия, так как весь тематический материал дисциплины является взаимосвязанным, а самостоятельное изучение пропущенных тем не обеспечивает полноценного усвоения содержания курса;

все вопросы, рассматриваемые на практических занятиях, фиксировать в отдельной тетради и сохранять её до окончания обучения в вузе;

своевременно и в полном объёме выполнять задания самостоятельной работы;

проявлять активность на занятиях и при подготовке к ним, поскольку конечный результат освоения дисциплины необходим, прежде всего, самому обучающемуся;

в случае пропуска занятий по уважительным причинам самостоятельно изучить материал пропущенной темы и представить выполненные задания преподавателю в ходе индивидуальных консультаций.
Методические рекомендации по освоению лекционного материала и подготовке к лекциям
Посещение лекционных занятий является обязательным. В случае пропуска лекции обучающийся обязан самостоятельно изучить её содержание с использованием конспектов, учебной и научной литературы. На вводной лекции преподаватель информирует обучающихся о формате взаимодействия и особенностях организации лекционных занятий.
Обучающимся рекомендуется задавать вопросы по теме лекции после её завершения. Для этого преподавателем предусматривается время в конце лекционного занятия. Все возникающие в ходе лекции вопросы целесообразно фиксировать в конспекте, а затем уточнять их у преподавателя. Следует задавать преимущественно вопросы, имеющие принципиальное значение для понимания учебного материала; менее значимые вопросы могут быть рассмотрены в ходе практических занятий.
Материал, излагаемый преподавателем, необходимо конспектировать. Конспект лекции должен представлять собой сжатое и структурированное изложение основных положений темы, включающее ключевые понятия, классификации, выводы и комментарии преподавателя, а также собственные пометки обучающегося. Каждый смысловой блок рекомендуется начинать с новой строки. В процессе дальнейшей самостоятельной работы допускается дополнение конспекта ссылками на учебники, научные источники, примерами и пояснениями.
При проведении лекций в интерактивной форме обучающимся следует внимательно ознакомиться с правилами работы и активно участвовать в выполнении предлагаемых заданий.
Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям
Подготовка к практическим занятиям, направленным на углубление и практическое применение знаний по дисциплине, должна основываться на материалах лекций, учебной и научной литературе, а также современных источниках информации, включая материалы сети «Интернет».
Практические занятия могут включать элементы текущего контроля знаний, в том числе тестирование, анализ педагогических ситуаций и выполнение практико-ориентированных заданий. В условиях ограниченного учебного времени тестовый контроль позволяет выявить степень усвоения обучающимися понятийного аппарата и основных теоретических положений дисциплины.
При подготовке к практическому занятию обучающийся должен:
изучить все вопросы, вынесенные на обсуждение по теме занятия;
подготовить конспекты теоретического материала;
выполнить практические задания и заполнить рабочую тетрадь;
иметь при себе конспект лекций и материалы самостоятельной работы.