

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)

«УТВЕРЖДАЮ»

Проректор
по образовательной деятельности



А.А.Панфилов

« 19 » 01 2017 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«ОСНОВЫ ВАЛЕОЛОГИИ»

Специальность: 44.05.01 Педагогика и психология девиантного поведения

Специализация: Психолого-педагогическая профилактика девиантного поведения

Уровень высшего образования: специалитет

Форма обучения: очная

Семестр	Трудоемкость зач. ед., час.	Лекций, час.	Практич. занятий, час.	Лаборат. работ, час.	СРС, час.	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
2	2 (72 ч.)	18	18	-	36	Зачет
Итого	2 (72 ч.)	18	18	-	36	Зачет

Владимир - 2017

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Основы валеологии» является частью подготовки студентов по специальности 44.05.01 «Педагогика и психология девиантного поведения». Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, включающих:

- общее представление о сущности основ валеологии;
- особенности содержания основ здорового образа жизни в среде детей и подростков в школе и за ее пределами;
- формы и методы работы специалиста в условиях взаимодействия с родителями, педагогами и психологами образовательного учреждения по вопросам здоровья сбережения.

Целью освоения дисциплины является достижение следующих результатов образования (РО):

знания:

- на уровне представлений: информация о роли ценности здоровья в процессах воспитания и обучения; информация о сущности и содержании основных понятий, категорий здоровьесбережения; информация о здоровье человека, о путях его обеспечения, формирования и сохранения в конкретных условиях жизнедеятельности;
- на уровне воспроизведения: изучение научной информации, отечественного опыта по тематике исследования;
- на уровне понимания: сбор и оформление учебных материалов; проведение практических занятий в рамках утвержденного плана и программ;

умения:

- теоретические: использование знаний основ валеологии при осуществлении профессиональной деятельности;
- практические: участие в учебно-методической работе в сфере общего образования;

навыки:

- формирование установок, направленных на воспитание физической культуры, продуктивное экологическое взаимодействие с учащимися и коллегами, толерантности во взаимодействии с окружающим миром;
- формирование установки на здоровый образ жизни.
- пропаганда педагогических знаний для работников различных сфер жизни общества.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО

Дисциплина «Основы валеологии» расположена в базовой части основной профессиональной образовательной программы. Дисциплина «Основы валеологии» находится в логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: «Общие основы педагогики», «Анатомия и физиология центральной нервной системы», «Теория и методика воспитания» и др.

Освоение дисциплины является одной из структурных единиц для изучения дисциплин: «Коррекционная педагогика», «Организация досуга детей и подростков», «Профилактика наркотизации молодежи» и др.

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие компетенции:

-способность организовать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни (ОК-9);

-способность реализовать педагогические и психологические технологии, ориентированные на личностный рост детей и подростков, их гармоничное развитие, формирование установок в отношении здорового образа жизни, толерантности во взаимодействии с окружающим миром, продуктивного преодоления жизненных трудностей (ПК-5).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

1) Знать:

-основы организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни (ОК-9);

-основные положения теории основ валеологии, процесса здоровьесберегающих технологий, сущность и содержание основных понятий, категорий (ПК-5);

-основы формирования установок в отношении здорового образа жизни (ПК-5);

2) Уметь:

-инициировать желание поддерживать должный уровень здорового образа жизни, необходимого для обеспечения социальной активности в среде учащихся, используя здоровьесберегающие технологии (ОК-9);

-использовать методы, формы и средства для организации игровой, спортивно-досуговой, учебной деятельности учащихся (ПК-5);

-осуществлять анализ и оценку педагогических ситуаций и условий безопасного взаимодействия (ПК-5);

3) Владеть:

-способами оценки резервов здоровья учащихся, необходимых для обеспечения социальной активности и полноценной жизнедеятельности (ОК-9);

-способностью организовывать взаимодействие субъектов школьной среды по вопросам здоровьесбережения и продуктивного преодоления жизненных трудностей, используя передовые технологии (ПК-5).

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						Объем учебной работы с применением интерактивных методов (в часах/%)	Формы текущего контроля Успеваемости (по неделям семестра), форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Контрольные работы	СРС	КП / КР		
1	Состояние проблемы здоровье сбережения, история развития	2	1-6	6	6			6		4,8ч./40 %	Рейтинг-контроль 1
2	Понятийный аппарат здоровья и здоровьесберегающих технологий	2	7- 12	6	6			6		4,8ч./40%	Рейтинг-контроль 2
3	Содержание и методы работы специалистов по формированию здорового образа жизни детей и подростков	2	13-18	6	6			6		4,8ч./40 %	Рейтинг-контроль 3
	Всего			18	18			36		14,4ч./ 40%	зачет

Содержание курса «Основы валеологии»

Тема 1-2. Сохранение здоровья детей в истории развития России

Одна из древнейших традиций российского общества — бережное отношение к здоровью, передаваемое детям в виде устных правил, религиозных норм. Древнейшие летописи, «Поучения князя Владимира Мономаха детям», древнейший сборник «Пчела» о понятии здорового образа жизни и о развитии здоровых традиций физического воспитания молодежи. М.В. Ломоносов о государственном значении вопроса охраны здоровья и здорового образа жизни. Анализ резолюции, составленной на основании доклада о педагогических основаниях школьной гигиены (2 съезд деятелей по техническому и профессиональному образованию, 1895г.). Задачи физического воспитания по В.В. Гориневскому (нач. XXв). 1919г. - 1 съезд школьных врачей, определивших программу минимум: надзор за санитарным состоянием школ; направление детей по состоянию здоровья в особые школы; контроль за детским питанием и пропаганда гигиенических знаний в школе и через школу. Педология как развитие и кристаллизация идей о воспитании нового, гармоничного человека. В.П. Кащенко о создании образовательно-воспитательной системы, направленной на формирование, сохранение и укрепление здоровья детей. Идея организации педологической службы в школе. 1950г. - новые задачи охраны укрепления здоровья и

новые проблемы научных исследований, связанные с массовым развитием детского спорта. «Развитие педагогической валеологии в 90-е годы XX столетия. «Валеологизация» как синоним воспитания культуры здоровья и формирование здоровьесберегающих условий в общеобразовательном учреждении. Связь тенденции гуманизации образования в российской педагогической науке с тенденцией решения проблемы здоровья ребенка. Направления здоровьесберегающей деятельности: создание авторских программ по учебным дисциплинам естественнонаучного цикла; усиление здоровьесберегающего компонента в системе занятий физкультурой и спортом; рациональное использование материально-технических ресурсов и финансовых средств в здоровьесберегающих целях.

Тема 3. Здоровье детской популяции

Ухудшение состояния здоровья детей и подростков в нашей стране (в начальных классах доля учащихся 1 группы снизилась до 10%, доля учащихся 2 группы снизилась до 30%, доля детей 3 группы здоровья возросла до 20%; у 10-15 % детей наблюдается дефицит массы тела; на 15-20% снизились функциональные резервы подростков, особенно девочек; в группу психического здоровья и оптимального адаптирования входит только 22 % учащихся общеобразовательных школ, 48% детей имеют пограничные с патологией состояния). Характеристика школьных факторов риска. Причины, влияющие на здоровье детей и подростков. Создание условий, способствующих укреплению здоровья обучающихся и воспитанников.

Тема 4. Представления о здоровье

Разные подходы к интерпретации представлений о здоровье и их характеристика. Представление о здоровье как об отсутствии заболеваний или идеальном состоянии благополучия. Представление о здоровье как о балансе, динамичной точке зрения. Представление о здоровье как об определенном стиле жизни. Здоровье как нормальная функция организма на всех уровнях его организации. Здоровье как динамическое равновесие организма и его функций с окружающей средой. Здоровье как способность организма приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде, способность поддерживать постоянство внутренней среды организма, обеспечивая нормальную и разностороннюю жизнедеятельность, сохранение живого начала в организме. Здоровье как отсутствие болезни, болезненных состояний, болезненных изменений. Здоровье как способность к полноценному выполнению основных социальных функций. Здоровье как полное физическое, духовное, умственное и социальное благополучие. Гармоническое развитие физических и духовных сил, принцип единства организма, саморегуляции и уравновешенного взаимодействия всех органов. Описание основных концептуальных моделей определения понятия здоровья: медицинская, биомедицинская, биосоциальная, ценностно-социальная. Базовые критерии здоровья (состояние сердечно-сосудистой, иммунной и дыхательной систем, психическое равновесие, интерес к самому себе и самоконтроль).

Тема 5. Представления о здоровье сберегающих технологиях, их классификация и содержание

Решение задач сохранения здоровья основным субъектам образовательного процесса как основа качественной характеристики здоровьесберегающей технологии (ценность здоровья, диагностика здоровья, оздоровление, обучение здоровью). Группы здоровьесберегающих технологий, применяемые в системе образования:

организационно-педагогические, психолого-педагогические, учебно-воспитательные. Деление здоровьесберегающих технологий по характеру действия: защитно-профилактические, компенсаторно-нейтрализующий, стимулирующие, информационно-обучающие. Педагогические факторы обеспечения здоровья как педагогические технологии в педагогической системе, оказывающие влияние на здоровье ребенка. Содержание здоровьесберегающих технологий (ЗСТ) в образовании: сущность и этапы организации работы образовательного учреждения по формированию у обучающихся культуры здорового образа жизни. Представление системной работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни в условиях образовательного учреждения.

Тема 6. Критерии оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников

Перечень и краткая характеристика критериев оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников: наличие или отсутствие отклонений в раннем онтогенезе, уровень физического развития, уровень функционирования основных систем организма, нервно-психическое развитие ребенка, степень сопротивляемости и устойчивости к болезням (резистентность), наличие или отсутствие хронических заболеваний, адаптация к меняющимся внешним условиям, уровень физической подготовленности, уровень оптимальной нормы двигательной активности, улучшение состояния здоровья. Особенность процесса роста детского организма (неравномерность, волнообразность).

Тема 7-8. Взаимодействие классного руководителя с педагогическими и медицинскими работниками, психолого-педагогической службы общеобразовательного учреждения в решении вопросов здоровья.

Общеобразовательные учреждения, работающие как открытые педагогические системы. От класса здоровья к школе здоровья: опыт организации работы общеобразовательной школы г. Архангельска по формированию у обучающихся культуры здорового образа жизни. Школа здоровья — достигаемая цель творческого коллектива учителей предметников, классных руководителей, медицинских работников, психолого-педагогической службы и администрации школы. Связь деятельности медицинского работника с возможностями оздоровления самого учителя, а также с участием медиков-специалистов при проведении бесед с учащимися и родителями, медицинским контролем перед началом и во время спортивных соревнований. Совместные действия классного руководителя и учителя физической культуры: организация классных соревнований, планирование и проведение общешкольных мероприятий, участие в родительских собраниях и проведении спортивных мероприятий для родителей с учащимися. Работа классного руководителя совместно с психологом по организации психологических тренингов, бесед, обучению приемам релаксации, аутотренинга для учащихся. Взаимодействие классного руководителя и педагога-организатора основ безопасности жизнедеятельности (ОБЖ): участие в тематических классных мероприятиях, проведение консультаций по конкретным вопросам, связанным с безопасной жизнедеятельностью детей.

Сотрудничество классного руководителя и социального педагога по формированию привычек здорового образа жизни детей и подростков: социально-педагогическое обследование детей класса, организация олимпиад, КТД, классного часов, связанных со здоровым образом жизни, обеспечение занятости полезным досугом по месту жительства ребенка и т.д.

Классный руководитель и педагог-организатор детских объединений в решении

вопроса о повышении социальной активности детей и подростков в условиях школы.

Тема 9. Физическая культура как средство оздоровления обучающихся

Ведущее место физической культуры в системе средств естественной профилактики. Понятие физической культуры как системообразующее понятие здоровьесберегающих технологий в образовании. Уровни физической культуры: ситуативный, начальной грамотности, уровень образованности, уровень творческого использования средств физической культуры. Здоровьесбережение дошкольников. Характеристика современной профилактической программы дошкольников. Средства физического воспитания дошкольников. Здоровьесбережение школьников. Самоконтроль за состоянием здоровья школьников: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, частота пульса, масса тела, динамометрия, потоотделение. Врачебно-педагогический контроль. Способы восстановления утраченного здоровья: физические упражнения, подвижные игры, закаливание, занятия в воде. Формы адаптивного физического воспитания: утренняя гимнастика, физкультпаузы, прогулки, закаливание, туризм, элементы спорта, спортивные соревнования, праздники, фестивали, урочные занятия физическим воспитанием в учебных заведениях.

Вопросы к практическим занятиям

Раздел 1. Состояние проблемы здоровье сбережения, история развития

Вопросы для обсуждений:

1. Древнейшая традиция российского общества как бережное отношение к здоровью, передаваемое детям в виде устных правил, религиозных норм.
2. М.В. Ломоносов о государственном значении вопроса охраны здоровья и здорового образа жизни.
3. В.П. Кащенко о создании образовательно-воспитательной системы, направленной на формирование, сохранение и укрепление здоровья детей.
4. Идея организации педологической службы в школе в 30-е годы XX столетия.
5. Новые задачи охраны укрепления здоровья и новые проблемы научных исследований, связанные с массовым развитием детского спорта в 50-е годы XX столетия.
6. «Валеологизация» как синоним воспитания культуры здоровья и формирование здоровьесберегающих условий в общеобразовательном учреждении.
7. Тенденции ухудшение состояния здоровья детей и подростков в России за последнее десятилетие.

Раздел 2. Понятийный аппарат здоровья и здоровьесберегающих технологий

Вопросы для обсуждений:

1. Разные подходы к интерпретации представлений о здоровье, здоровом образе жизни и их характеристика.
2. Описание основных концептуальных моделей определения понятия здоровья: медицинская, биомедицинская, биосоциальная, ценностно-социальная.
3. Базовые критерии здоровья (состояние сердечно-сосудистой, иммунной и дыхательной систем, психическое равновесие, интерес к самому себе и самоконтроль).
4. Характеристика задач здоровьесберегающих технологий: ценность здоровья, диагностика здоровья, оздоровление, обучение здоровью.

5. Группы здоровьесберегающих технологий, применяемые в системе образования: организационно-педагогические, психолого-педагогические, учебно-воспитательные.

6. Сущность и этапы организации работы образовательного учреждения по формированию у обучающихся культуры здорового образа жизни.

7. Представление системной работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни в условиях образовательного учреждения.

8. Перечень и краткая характеристика критериев оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников: наличие или отсутствие отклонений в раннем онтогенезе, уровень физического развития, уровень функционирования основных систем организма, нервно-психическое развитие ребенка и др.

Раздел 3. Содержание и методы работы специалиста по формированию здорового образа жизни

Вопросы для обсуждений:

1. Сотрудничество семьи и совместно классного руководителя с социальным педагогом в приобщении детей и подростков к ЗОЖ.

2. Совместные действия классного руководителя и учителя по вопросу развития физической культуры.

3. Работа классного руководителя совместно с психологом по организации психологических тренингов, бесед, обучению приемам релаксации, аутотренинга для учащихся.

4. Взаимодействие классного руководителя и педагога-организатора основ безопасности жизнедеятельности (ОБЖ): участие в тематических классных мероприятиях, проведение консультаций по конкретным вопросам, связанным с безопасной жизнедеятельностью детей и др.

5. Сотрудничество классного руководителя и социального педагога по формированию привычек здорового образа жизни детей и подростков.

6. Классный руководитель и педагог-организатор детских объединений в решении вопроса о повышении социальной активности детей и подростков в условиях школы.

7. Задачи различных категорий работников в контексте реализации программы.

8. Уровни физической культуры: ситуативный, начальной грамотности, уровень образованности, уровень творческого использования средств физической культуры.

9. Самоконтроль за состоянием здоровья школьников: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, частота пульса, масса тела, динамометрия, потоотделение.

10. Валеологическая оценка пищевых веществ и продуктов.

11. Рациональная организация жизнедеятельности, задачи, факторы ее определяющие.

12. Физиологические и психологические механизмы утомления и усталости при умственной работе.

13. Валеологические основы поведения при простудных и простудно-инфекционных заболеваниях.

14. Валеологические основы закаливания.

15. Ожирение, причины, механизмы развития, средства профилактики.

16. Сахарный диабет, причины, механизмы развития, средства профилактики.

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Преподавание дисциплин ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

1. Информационно-коммуникационные технологии (1-9 темы)
2. Работа в команде/работа в малой группе (1-9 темы)
3. Проблемное обучение (1-9 темы)
4. Контекстное обучение (2-8 темы)
5. Междисциплинарное обучение (1-9 темы)

Формы организации учебного процесса:

1. Лекция (1-9 темы)
2. Практические занятия (1-9 темы)
3. Самостоятельная работа студентов (1-9 темы)
4. Консультация: консультирование студентов по проблеме выступления на научной студенческой конференции (1-9 темы)

Виды учебных заданий, используемых на занятиях по курсу «Основы валеологии»

1. Выделение главной мысли в определенном объеме записанного на лекции материала.
2. Сравнение понятий, теоретических подходов по выделенному основанию.
3. Выделение достоинств и недостатков изучаемого явления.
4. Постановка оригинального дополнительного вопроса.
5. Составление библиографии по теме практического занятия, лекции.
6. Изложение содержания материала в виде таблиц, схемы, плана.
7. Создание метафоры - определения к изучаемому понятию.
8. Определение круга основных понятий темы.
9. Приведение практических примеров прикладного характера к изучаемым явлениям.
10. Поиск в классической или современной литературе примеров, подтверждающих или опровергающих теорию.
11. Составление синквэйна для изучаемого параметра, явления.
12. Написание реферативных работ, докладов, подготовка выступлений по специальному плану.

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Задания к рейтинг-контролю знаний студентов

Рейтинг-контроль №1

1. Древнерусские летописи о понятии здорового образа жизни и развитии здоровых традиций физического воспитания молодежи («Поучения В. Мономаха», «Пчела»).
2. М.В. Ломоносов о государственном значении вопроса охраны здоровья и здорового образа жизни.
3. В.П. Кащенко о создании образовательно-воспитательной системы, направленной на формирование, сохранение и укрепление здоровья детей.

- 4.Идея организации педологической службы в школе в 30-е годы XX столетия.
- 5.Новые задачи охраны укрепления здоровья и новые проблемы научных исследований, связанные с массовым развитием детского спорта в 50-е годы XX столетия.
- 6.Развитие педагогической валеологизации в 90-е годы XX столетия.
- 7.Современные направления здоровьесберегающей деятельности.
- 8.Характеристика школьных факторов риска, связанных со здоровьем детей и подростков.

Рейтинг-контроль №2

- 1.Разные подходы к интерпретации представлений о здоровье и их характеристика.
- 2.Описание основных концептуальных моделей определения понятия здоровья: медицинская, биомедицинская, биосоциальная, ценностно-социальная.
- 3.Базовые критерии здоровья (состояние сердечно-сосудистой, иммунной и дыхательной систем, психическое равновесие, интерес к самому себе и самоконтроль).
- 4.Характеристика задач здоровьесберегающих технологий: ценность здоровья, диагностика здоровья, оздоровление, обучение здоровью.
- 5.Деление здоровьесберегающих технологий по характеру действия: защитно-профилактические, компенсаторно-нейтрализующий, стимулирующие, информационно-обучающие.
- 6.Перечень и краткая характеристика критериев оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников: наличие или отсутствие отклонений в раннем онтогенезе, уровень физического развития, уровень функционирования основных систем организма, нервно-психическое развитие ребенка и др.
- 7.Перечень и краткая характеристика критериев оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников: степень сопротивляемости и устойчивости к болезням (резистентность), наличие или отсутствие хронических заболеваний, адаптация к меняющимся внешним условиям и др.
- 8.Перечень и краткая характеристика критериев оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников: уровень физической подготовленности, уровень оптимальной нормы двигательной активности, улучшение состояния здоровья и др.

Рейтинг-контроль №3

- 1.Совместные действия классного руководителя и учителя по вопросу развития физической культуры.
- 2.Сотрудничество классного руководителя и социального педагога по формированию привычек здорового образа жизни детей и подростков.
- 3.Классный руководитель и педагог-организатор детских объединений в решении вопроса о повышении социальной активности детей и подростков в условиях школы.
- 4.Основные принципы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.
- 5.Здоровьесбережение дошкольников.
- 6.Здоровьесбережение школьников.
- 7.Самоконтроль за состоянием здоровья школьников: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, частота пульса, масса тела, динамометрия, потоотделение.
- 8.Врачебно-педагогический контроль.
- 9.Способы восстановления утраченного здоровья: физические упражнения, подвижные игры, закаливание, занятия в воде.

**Календарно-тематический план самостоятельной работы студентов
при изучении дисциплины «Основы валеологии»**

№ п/п	Название темы	Содержание работы	Кол-во часов	Неделя семестра	Форма контроля
1.	Сохранение здоровья детей в истории развития России	Составить список ученых, занимающихся вопросами здоровья школьников на базе образовательных учреждений в течение 20 века.	4	1-2	Проверка списка персоналий
2.	Сохранение здоровья детей в истории развития России	Составить презентацию на тему: «Анализ отношения общества к здоровью детей и подростков»	4	3-4	Проверка презентации
3.	Здоровье детской популяции	Выполнить подборку наиболее распространенных современных заболеваний среди детей и подростков, дать характеристику и составить таблицу	4	5-6	Проверка таблицы
4.	Представления о здоровье	Проанализировать базовые понятия курса, выписать в словарь	4	7-8	Проверка словаря
5.	Представления о здоровье сберегающих технологиях, их классификация и содержание	Выполнить подборку статей (3 статьи) о здоровье сберегающих технологиях и составить аннотацию к ним.	4	9-10	Проверка аннотаций
6.	Критерии оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников	Провести исследование по изучению эффективности использования здоровьесберегающих технологий среди учащихся 7 кл. лицея №17 г. Владимира по подгруппам и оформить результаты в презентацию.	4	11-12	Проверка презентации
7.	Взаимодействие классного руководителя с педагогическими и медицинскими работниками, психолого-педагогической службы общеобразовательного учреждения в решении вопросов здоровья	Составить план-сетку работы классного руководителя 6 класса по вопросу создания условий для формирования привычек здорового образа жизни учащихся в условиях школы.	4	13-14	Проверка плана-сетки
8.	Взаимодействие классного руководителя с педагогическими и медицинскими работниками, психолого-педагогической	Выполнить подборку статей (3 статьи) о взаимодействии классного руководителя с педагогическими и медицинскими работниками, специалистами психолого-педагогической службы общеобразовательного	4	15-16	Проверка подборки статей и содержания аннотаций к ним

	службы общеобразовательного учреждения в решении вопросов здоровья	учреждения и составить аннотацию к ним.			
9.	Физическая культура как средство оздоровления обучающихся	Разработать программу закаливания для учащихся 6-х классов и оформить в презентацию	4	17-18	Проверка презентации
		Всего часов:	36		

Вопросы к зачету по курсу «Основы валеологии»

1. Валеология, предмет, цель, задачи, методы, связь с другими науками.
2. «Болезни цивилизации», факторы риска.
3. Генетические предпосылки здоровья, влияние образа жизни в семье.
4. Экологическая патология и образ жизни современного человека.
5. Критерии здоровья и компоненты здорового образа жизни, их характеристика.
6. Здоровье человека как приоритет в деятельности государства и проблема личной ответственности человека за свое здоровье.
7. Биологическая и социальная сущность человека, социальные и культурологические факторы образа жизни современного человека.
8. Здоровье человека, классификация, критерии и уровни здоровья.
9. Древнерусские летописи о понятии здорового образа жизни и развитии здоровых традиций физического воспитания молодежи («Поучения В. Мономаха, «Пчела»).
10. М.В. Ломоносов о государственном значении вопроса охраны здоровья и здорового образа жизни.
11. В.П. Кащенко о создании образовательно-воспитательной системы, направленной на формирование, сохранение и укрепление здоровья детей.
12. Идея организации педологической службы в школе в 30-е годы XX столетия.
13. Новые задачи охраны укрепления здоровья и новые проблемы научных исследований, связанные с массовым развитием детского спорта в 50-е годы XX столетия.
14. Развитие педагогической валеологизации в 90-е годы XX столетия.
15. Современные направления здоровьесберегающей деятельности.
16. Характеристика школьных факторов риска, связанных со здоровьем учащихся.
17. Связь тенденции гуманизации образования в российской педагогической науке с тенденцией решения проблемы здоровья ребенка.
18. Тенденции ухудшение состояния здоровья детей и подростков в России за последнее десятилетие.
19. Описание основных концептуальных моделей определения понятия здоровья: медицинская, биомедицинская, биосоциальная, ценностно-социальная.
20. Характеристика задач здоровьесберегающих технологий: ценность здоровья, диагностика здоровья, оздоровление, обучение здоровью.
21. Психическое здоровье, основные понятия.
22. Группы здоровьесберегающих технологий, применяемые в системе образования: организационно-педагогические, психолого-педагогические, учебно-воспитательные
23. Социальные аспекты наркомании.
24. Содержание здоровьесберегающих технологий (ЗСТ) в образовании: сущность и этапы организации работы образовательного учреждения по формированию у обучающихся культуры здорового образа жизни.
25. Представление системной работы по формированию культуры здорового и

безопасного образа жизни в условиях образовательного учреждения.

26.Перечень и краткая характеристика критериев оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников: наличие или отсутствие отклонений в раннем онтогенезе, уровень физического развития, уровень функционирования основных систем организма, нервно-психическое развитие ребенка и др.

27.Перечень и краткая характеристика критериев оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников: степень сопротивляемости и устойчивости к болезням (резистентность), наличие или отсутствие хронических заболеваний, адаптация к меняющимся внешним условиям и др.

28.Перечень и краткая характеристика критериев оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников: уровень физической подготовленности, уровень оптимальной нормы двигательной активности, улучшение состояния здоровья и др.

29.Табачный дым, характеристика, воздействие на различные органы и системы человека.

30. Болезни «курильщиков», антитабачные оздоровительные программы.

31.Пьянство и алкоголизм, воздействие на человека, профилактика алкогольного опьянения.

32.Наркотики, механизм развития патологического пристрастия.

33.Особенности подростковой нарко- (токсико)мании.

34.Взаимодействие кл. руководителя и педагога-организатора основ безопасности жизнедеятельности (ОБЖ): участие в тематических классных мероприятиях, проведение консультаций по конкретным вопросам, связанным с безопасной жизнедеятельностью детей и др.

35.Сотрудничество классного руководителя и социального педагога по формированию привычек здорового образа жизни детей и подростков.

36.Классный руководитель и педагог-организатор детских объединений в решении вопроса о повышении социальной активности детей и подростков в условиях школы.

37.Основные принципы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

38.Характеристика современной профилактической программы дошкольников.

39.Формы адаптивного физического воспитания: утренняя гимнастика, физкультпаузы, прогулки, закаливание, туризм, элементы спорта, спортивные соревнования, праздники, фестивали, урочные занятия физическим воспитанием в учебных заведениях.

40.Способы восстановления утраченного здоровья: физические упражнения, подвижные игры, закаливание, занятия в воде.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература

1. Зименкова, Ф. Н. Питание и здоровье: Учебное пособие для студентов по спецкурсу «Питание и здоровье» / Зименкова Ф.Н. — М.: Прометей, 2016. — 168 с. — ISBN 978-5-9907123-8-6. (библиотека ВлГУ)

Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=557072>

2. Прохорова, Э. М. Валеология: словарь терминов и понятий / Э.М. Прохорова. — М.: НИЦ ИНФРА-М, 2016. — 110 с.: 60x90 1/16. — (Библиотека малых словарей "Инфра-М") (Обложка) ISBN 978-5-16-011060-8. (библиотека ВлГУ)

Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=511721>

3. Прохорова, Э. М. Валеология: Учебное пособие / Э.М. Прохорова; Российский государственный университет туризма и сервиса (ГОУВПО "РГУТИС"). — М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. — 255 с.: 60x90 1/16. — (Высшее образование). (переплет) ISBN 978-5-16-003569-7. (библиотека ВлГУ)

Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=437288>

4. Семикин, Г.И. Здоровьесберегающие технологии и профилактика девиантного поведения в образовательной среде [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Семикин Г.И., Мысина Г.А., Миронов А.С.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский государственный технический университет имени Н.Э. Баумана

Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785703836903.html>

5. Чуприна, Е.В. Здоровый образ жизни как один из аспектов безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Чуприна Е.В., Закирова М.Н.— Электрон. текстовые данные.— Самара: Самарский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ

Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22619>

Дополнительная литература

1. Гуревич, П. С. Психология и педагогика [Электронный ресурс]: учебник для студентов вузов / П. С. Гуревич.— Электрон. текстовые данные.— М.: ЮНИТИ-ДАНА

Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/8121.html>

2. Лысак, И.В. Философский анализ деструктивной деятельности человека [Электронный ресурс]/ Лысак И.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование

Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23598>

4. Семикин, Г. И. Профилактика асоциальных явлений и формирование здорового образа жизни молодежи [Электронный ресурс] : Учеб. пособие / Г. И. Семикин, Г. А. Мысина, А. С. Миронов. — М.: Издательство МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2014.

Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785703839270.html>

5. Энциклопедия педагогической валеологии (основные медико-психологические, эколого-социологические, педагогические и специальные термины, определения и понятия) [Электронный ресурс]/ Х.М. Ахмадуллина [и др.].— Электрон. текстовые данные.— СПб.: Петрополис, 2010.— 432 с. (библиотека ВлГУ).

Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20353>

Периодические издания

1. Воспитательная работа в школе / Научно-практический, методический журнал. Постоянный адрес издания <http://dlib.eastview.com/browse/publication/18906>
2. Вестник Московского университета. Серия 20. Педагогическое образование. / Научный журнал. – ISSN 2073-2635. Постоянный адрес издания <http://dlib.eastview.com/browse/publication/9245>
3. Народное образование / Российский общественно-педагогический журнал. ISSN0130-6928. Постоянный адрес: <http://dlib.eastview.com/browse/publication/18887>
4. Педагогическая диагностика / Научно-практический журнал. Постоянный адрес издания <http://dlib.eastview.com/browse/publication/19028>
5. Педагогические измерения / В журнале публикуются: Статьи российских и зарубежных авторов по: педагогической теории и методике измерения; статистическим методам разработки педагогических тестов; математическим моделям педагогических измерений. Постоянный адрес издания <http://dlib.eastview.com/browse/publication/18746>
6. Педагогическое образование и наука / Научно-методический журнал. Постоянный адрес издания <http://dlib.eastview.com/browse/publication/18746>
7. Проблемы современного образования Рецензируемый научно-информационный журнал РАО «ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ» издается Научной педагогической библиотекой им. К.Д. Ушинского. Постоянный адрес издания <http://dlib.eastview.com/browse/publication/18848>
8. Университетская книга / Информационно-аналитический журнал – ISSN 1726-6726. Постоянный адрес издания: <http://dlib.eastview.com/browse/publication/18706>
9. Школьные технологии / Научно-практический журнал – ISSN 2220-2641. Постоянный адрес издания <http://dlib.eastview.com/browse/publication/18866>

Интернет-ресурсы

1. www.psy.agava.ru - психологические страницы и тесты.
2. www.psyserver.narod.ru/metodik.htm
3. www.psychology.ru
4. www.vocabulary.ru/dictionary - национальная психологическая энциклопедия.
5. www.bookap.by.ru - книги по психологии.
6. www.nedug.ru
7. www.narcom.ru
8. <http://www.utro.ru/articles/2006/01/091510800.shtml-92k->

Информационные справочные системы

1. ИПС «Консультант Плюс»
2. ИСС «ГАРАНТ»

Профессиональные базы данных

1. Виртуальный читальный зал диссертаций РГБ
2. Электронная база данных Scopus
3. МАРС АРБИКОН
4. Научная электронная библиотека

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для проведения занятий по дисциплине необходимы рабочий стол преподавателя, переносный мультимедийный презентационный проектор Epson, экран Lumien и ноутбук Aser, рабочий стол преподавателя, кафедра, учебные столы, стулья, доска настенная, мел. Для контроля освоения студентами лекционного материала разработаны тестовые задания, которые представлены в виде раздаточного материала.

Перечень лицензионного программного обеспечения

1. Лицензия на Microsoft Windows/Office Professional 2003 Win32 Russian
Microsoft Open License 18495261
0005003002-1C-211695-6 2004 г.
2. Лицензия на антивирусное ПО: Kaspersky Endpoint Security Standart 1356-161220-101943-827-71
Договор: № 219/16-44 АЭФ от 20.12.2016


**Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

**«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»**

**Педагогический институт
Кафедра социальной педагогики и психологии**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

 В.А. Попов
« 16 » 01 2017г.

Основание:

решение кафедры
от « 16 » 01 2017г.
протокол № 6

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОСНОВЫ ВАЛЕОЛОГИИ

наименование дисциплины

44.05.01 «Педагогика и психология девиантного поведения»

код и наименование специальности подготовки

«Психолого-педагогическая профилактика девиантного поведения»

наименование специализации

Специалитет

уровень высшего образования

Владимир-2017

Содержание

- 1. Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине «Основы валеологии»**
- 2. Перечень формируемых компетенций и этапы их формирования**
 - 2.1. Формируемые компетенции
 - 2.2. Процесс формирования компетенций
- 3. Критерии оценки сформированности компетенций в рамках текущего контроля**
 - 3.1. Виды оценочных средств, используемых для текущего контроля:
 - тест
 - 3.2. Критерии оценки сформированности компетенций:
 - выполнения комплекта заданий к практическим занятиям
 - результатов тестирования
- 4. Критерии оценки сформированности компетенций в рамках промежуточной аттестации**
 - 4.1. Критерии оценки сформированности компетенций на зачете
 - 4.2. Критерии оценки сформированности компетенций по дисциплине

1. Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине «Основы валеологии»

Специальность: 44.05.01 «Педагогика и психология девиантного поведения»

Дисциплина: «Основы валеологии»

Форма промежуточной аттестации: зачет (2 семестр)

2. Перечень формируемых компетенций и этапы их формирования

2.1. Формируемые компетенции

Общепрофессиональные

ОК-9 - способен организовать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни.

В процессе формирования компетенции ОК-9 обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

знать - основы организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни (З1);

уметь - инициировать желание поддерживать должный уровень здорового образа жизни, необходимого для обеспечения социальной активности в среде учащихся, используя здоровьесберегающие технологии (У1);

владеть - способами оценки резервов здоровья учащихся, необходимых для обеспечения социальной активности и полноценной жизнедеятельности (Н1).

Профессиональные:

ПК-5 - способность реализовать педагогические и психологические технологии, ориентированные на личностный рост детей и подростков, их гармоничное развитие, формирование установок в отношении здорового образа жизни, толерантности во взаимодействии с окружающим миром, продуктивного преодоления жизненных трудностей

В процессе формирования компетенции ПК-5 обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

знать - основные положения теории основ валеологии, процесса здоровьесберегающих технологий, сущность и содержание основных понятий, категорий (З1); основы формирования установок в отношении здорового образа жизни (З2);

уметь - использовать методы, формы и средства для организации игровой, спортивно-досуговой, учебной деятельности учащихся (У1); осуществлять анализ и оценку педагогических ситуаций и условий безопасного взаимодействия (У2);

владеть - способностью организовывать взаимодействие субъектов школьной среды по вопросам здоровьесбережения и продуктивного преодоления жизненных трудностей, используя передовые технологии (Н1).

2.2. Процесс формирования компетенций

№	Контролируемые темы, разделы (в соответствии с рабочей программой дисциплины)	Формируемые компетенции	Последовательность (этапы) формирования компетенций										
			З			У			Н				
			З ¹	З ²	З ³	У ¹	У ²	У ₃	Н ₁	Н ²	Н ₃		
1)	Сохранение здоровья детей в истории развития России	ОК-9 ПК-5	+			+							
2)	Сохранение здоровья детей в истории развития России	ОК-9 ПК-5	+			+							
3)	Здоровье детской популяции	ОК-9 ПК-5	+			+							
4)	Представления о здоровье	ОК-9 ПК-5	+			+				+			
5)	Представления о здоровье берегающих технологиях, их классификация и содержание	ОК-9 ПК-5	+			+				+			
6)	Критерии оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников	ОК-9 ПК-5	+			+				+			
7)	Взаимодействие классного руководителя с педагогическими и медицинскими работниками, психолого-педагогической службы общеобразовательного учреждения в решении вопросов здоровья.	ОК-9 ПК-5	+			+				+			
8)	Взаимодействие классного руководителя с педагогическими и медицинскими работниками, психолого-педагогической службы общеобразовательного учреждения в решении вопросов здоровья.	ОК-9 ПК-5	+			+				+			
9)	Физическая культура как средство оздоровления обучающихся	ОК-9 ПК-5	+			+				+			

**3.Критерии оценки сформированности компетенций
в рамках текущего контроля**

3.1. Виды оценочных средств, используемых для текущего контроля

№	Контролируемые темы, разделы (в соответствии с рабочей программой дисциплины)	Формируемые компетенции	Виды оценочных средств (max – 60 баллов в течение семестра)
1.	Сохранение здоровья детей в истории развития России	ОК-9 ПК-5	Комплект заданий к практическому занятию 1
2.	Сохранение здоровья детей в истории развития России	ОК-9 ПК-5	Комплект заданий к практическому занятию 2
3.	Здоровье детской популяции	ОК-9 ПК-5	Комплект заданий к практическому занятию 3 Тест 1
4.	Представления о здоровье	ОК-9 ПК-5	Комплект заданий к практическому занятию 4
5.	Представления о здоровье берегающих технологиях, их классификация и содержание	ОК-9 ПК-5	Комплект заданий к практическому занятию 5
6.	Критерии оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников	ОК-9 ПК-5	Комплект заданий к практическому занятию 6 Тест 2
7.	Взаимодействие классного руководителя с педагогическими и медицинскими работниками, психолого-педагогической службы общеобразовательного учреждения в решении вопросов здоровья.	ОК-9 ПК-5	Комплект заданий к практическому занятию 7
8.	Взаимодействие классного руководителя с педагогическими и медицинскими работниками, психолого-педагогической службы общеобразовательного учреждения в решении вопросов здоровья.	ОК-9 ПК-5	Комплект заданий к практическому занятию 8
9.	Физическая культура как средство оздоровления обучающихся	ОК-9 ПК-5	Комплект заданий к практическому занятию 9 Тест 3

Тесты

Тестовые задания к рейтинг-контролю №1

1) *Что является предметом изучения валеологии?*

- 1.самосохранение человека
- 2.здоровье человека
- 3.человек
- 4.жизнь клетки

2) *Что является объектом изучения валеологии?*

- 1.человек
- 2.все живое
- 3.вредные привычки
- 4.здоровый образ жизни

3) *Состояние полного физического, душевного, социального и духовного благополучия называется*

- 1.релаксация
- 2.самочувствие
- 3.бодрость
- 4.здоровье

4) *Здоровье человека на 50% зависит от*

- 1.наследственности
- 2.медицины
- 3.образа жизни
- 4.внешней среды

5) *Выберите уровни здоровья*

- 1.общественное, групповое, индивидуальное
- 2.общественное, групповое, общемировое
- 3.групповое, индивидуальное, собственное
- 4.общемировое, групповое, индивидуальное

6) *Что не является одним из видов здоровья?*

- 1.самотическое
- 2.психическое
- 3.эмоциональное
- 4.нравственное

7) *Каким фактором в большей степени определяется здоровье человека?*

- 1.наследственностью
- 2.условиями внешней среды
- 3.образом жизни
- 4.системой здравоохранения

8) *Общественное здоровье – это*

- 1.личное здоровье
- 2.здоровье группы людей
- 3.здоровье населения страны
- 4.здоровье определённой этнической группы

9) *Материальные и социальные факторы, окружающие человека – это*

1. условия жизни
2. качество жизни
3. стиль жизни
4. уровень жизни

10) Вид здоровья, характеризующий состояние органов и систем человека и наличие резервных возможностей называется:

1. духовное здоровье
2. физическое здоровье
3. социальное здоровье
4. нравственное здоровье

Ответы к заданиям теста

№ п/п	Правильный ответ	Оценка правильных ответов в баллах	Максимальный балл за задание
1.	2	1	1
2.	4	1	1
3.	4	1	1
4.	3	1	1
5.	1	1	1
6.	3	1	1
7.	3	1	1
8.	3	1	1
9.	1	1	1
10.	2	1	1

Тестовые задания к рейтинг-контролю №2

1). В каких годах возникла наука «Валеология»?

1. в 80х 20 века
2. в 80х 19 века
3. в 50х 20 века
4. в 50х 19 века

2) Основной строительный материал организма человека:

1. жиры
2. витамины
3. углеводы
4. белки

3) К видам упражнений, требующим комплексного проявления физических качеств в условиях переменных режимов двигательной деятельности, непрерывного изменения ситуации и форм действий относят

1. лыжные гонки
2. спортивные игры
3. спортивная гимнастика
4. плавание

4) Какой возраст является наиболее благоприятным для развития силы?

1. 16– 18 лет
2. 11– 13 лет
3. 13 – 15 лет
4. 7 – 9 лет

5) Укажите правильный тип телосложения

1. мегастетик
2. физикстеник
3. аутстеник
4. астеник

6) Религиозно-философская система, одна из древнейших, (с санскрита означает «соединение») – это:

1. аэробика
2. шейпинг
3. йога
4. бодибилдинг

7) Определите необходимую недельную двигательную активность взрослого человека

1. 5 – 10 часов
2. 6 – 8 часов
3. 15 – 17 часов
4. 15 – 20 часов

8. Булимия – это

1. заболевание, связанное с нарушением солевого обмена в организме
2. доведенное до крайности неумеренное потребление пищи, невротическое состояние
3. недостаток в рационе питания минеральных веществ
4. недостаток в рационе питания йода

9) Жиры выполняют следующие функции в организме человека:

1. защитные
2. теплорегулирующие
3. энергосберегающие
4. все вышеперечисленные

10. Сила – это

1. способность человека преодолевать внешнее сопротивление за счет собственных мышечных усилий
2. способность человека контролировать физические нагрузки в течение суток
3. способность человека длительное время выполнять физические упражнения
4. способность правильно рассчитать величину мышечного усилия

Ответы к заданиям теста

№ п/п	Правильный ответ	Оценка правильных ответов в баллах	Максимальный балл за задание
1.	1	1	1
2.	4	1	1
3.	2	1	1

4.	1	1	1
5.	4	1	1
6.	3	1	1
7.	2	1	1
8.	2	1	1
9.	4	1	1
10.	1	1	1

Тестовые задания к рейтинг-контролю №3

1)Здоровье сберегающие технологии – это:

- 1.Качественная характеристика любой образовательной технологии, это совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют технологию обучения, воспитания и развития задачами здоровьесбережения;
- 2.Соотношение общественно значимых ценностей, знаний, способов деятельности с реализацией права ученика на выбор взаимозаменяющего разнообразия предметного содержания;
- 3.Готовность и способность школы обеспечить высокий уровень образовательной деятельности без ущерба для здоровья всех субъектов педагогического процесса;
- 4.Осознание учащимися высшей ценности своего здоровья, убежденности в необходимости вести здоровый образ жизни..

2)Физкультурно–оздоровительный компонент здоровьесберегающей технологии предполагает:

- 1.Владение способами деятельности, направленными на повышение двигательной активности, предупреждение гиподинамии;
- 2.Учитывает то, что человек как биологический вид существует в природной среде, которая обеспечивает человеческую личность определёнными биологическими, экономическими и производственными ресурсами;
- 3.Систему ценностей и установок, которые формируют систему гигиенических навыков и умений, необходимых для нормального функционирования организма, а также систему упражнений, направленных на совершенствование навыков и умений по уходу за самим собой, одеждой, местом проживания, окружающей средой;
- 4.Проявляется в осознании учащимися высшей ценности своего здоровья, убежденности в необходимости вести здоровый образ жизни.

3)Какая задача в деятельности всего образовательного учреждения не должна решаться:

- 1.Лечение заболевших учащихся;
- 2.создание благоприятной образовательной среды, психологически и педагогически комфортных условий обучения и воспитания, проведение мероприятий, реализующих концепцию психолого-педагогической безопасности образовательной среды, реальной системы профилактических мер, предупреждающих возникновение деструктивных стрессов;
- 3.формирование эффективной психолого-педагогической службы, направленной на организацию помощи не только учащимся и их родителям, но и всему педагогическому коллективу;

4.создание активной образовательной среды, в которой будет организована подготовка воспитанников к самостоятельной жизни, формирование у него культуры здоровья, воспитание потребности вести здоровый образ жизни.

4)Технологии валеологического просвещения родителей предполагает:

1.Информационно-просветительская деятельность выражается в формировании у родителей здорового образа жизни как ценности, а также в знакомстве родителей с различными формами работы по физическому воспитанию в образовательном учреждении и привлечении родителей к участию в различных совместных физкультурных досугах и праздниках;

2.физическое развитие и укрепление здоровья ребенка;

3.обеспечение эмоционального комфорта и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, семье; обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника, т.к. эмоциональный настрой, психическое благополучие, бодрое настроение детей является важным для их здоровья;

4.улучшение здоровья малышей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни ребёнка в детском саду, заботливое и внимательное отношение к нему взрослых, высокое чувство ответственности всего коллектива за каждого воспитанника.

5) Ролевая игра имеет социализирующий эффект, поскольку она представляет:

1. собой форму моделирования ребенком социальных отношений, воссоздает социальные отношения в материальной, доступной ребенку форме, выступает активной формой экспериментального поведения;

2.собой внешнее или внутреннее побуждение человека, социальной группы к активной деятельности во имя достижения каких-либо целей;

3.процесс стимулирования самого себя и других на деятельность, направленную на достижение индивидуальных и общих целей;

4)совокупность устойчивых мотивов, побуждений, определяющих задачи, содержание и характер деятельности.

б)Каждая игра имеет свои отличительные признаки:

1.намерение, направленность, настойчивость, интересы, групповые нормы, влияние, обобщение;

2.вариативность, имитация реальных социальных проблем, комплекс правил и стимулирующих факторов, которые создают соревновательный эффект;

3.культуру личности, жизненную позицию личности, жизненную ситуацию, жизненную ориентацию;

4.предрасположенность к определенному восприятию условий деятельности и к определенному поведению в этих условиях

7)При конструировании социально-ориентирующих игр необходимо руководиться следующими принципами:

1.по виду общности, по виду группы, по формирующему воздействию, по способу воздействия на форму сознания, по возрасту, по отношению к среде, по социальной направленности, по степени контактов;

2.педагогическими, психологическими, психолого-педагогическими;

3.индивидуальной избирательности игры с учетом возрастных особенностей ребенка, адекватности игры в системе социальных отношений в обществе, рефлексивного последствия;

4.формирующим, констатирующим, естественным

8)Для изучения результатов и эффективности мероприятия используются различные способы:

1.наблюдение за поведением участников в процессе проведения и подготовки мероприятия, наблюдение за поведением участников работы, их отношениями после мероприятия, анкетирование участников деятельности, цветограмма, символичная оценка настроения после мероприятия, отдаленная оценка формы работы.

2.благополучие, успех, самореализация;

3.ориентация личности на получение разнообразных жизненных благ, на достижение полного комфорта;

4.ориентация на раскрытие творческого потенциала и развитие способностей (самопознание, самосовершенствование); повышение социального статуса и престижа

9)Целеполагание может быть успешным, если оно осуществляется с учетом требований:

1.осуществить комплекс мероприятий по воспитанию, образованию, развитию и социальной защите детей в учреждениях по месту жительства;

2.диагностичность, реальность, преемственность, идентификация, направленность

3.общение, руководство, деятельность, стимулирование;

4.субкультура, структура, сублимация, супервизорство

10) Соотнесите понятие и его содержание.

А)Здоровьеформирующие образовательные технологии	это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся.(Б)
Б) Здоровьесберегающие образовательные технологии	обеспечение выпускнику школы высокий уровень здоровья, сформировать культуру здоровья, тогда аттестат о среднем образовании будет действительной путёвкой в счастливую самостоятельную жизнь, свидетельством умения молодого человека заботиться о своём здоровье и бережно относиться к здоровью других людей.(Г)
В) Здоровьесберегающая образовательная технология	это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни (А)
Г) Задача здоровьесберегающих технологий	система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.) (В)

Ответы к заданиям теста

№ п/п	Правильный ответ	Оценка правильных ответов в баллах	Максимальный балл за задание
-------	------------------	------------------------------------	------------------------------

1	1	1	1
2	1	1	1
3	1	1	1
4	1	1	1
5	1	1	1
6	1	1	1
7	3	1	1
8	1	1	1
9	2	1	1
10	А-А, Б-Б, В-В, Г-Г	Каждый правильный ответ оценивается в 0,25 баллов	1

3.2. Критерии оценки сформированности компетенций

Критерии оценки выполнения комплектов заданий к практическим занятиям (max – 5 баллов за выполнение комплекта заданий к занятию(ям) по одной теме)

Баллы рейтинговой оценки	Критерии оценки
5	<p>Студент выполнил все письменные задания по теме и оформил их в тетради для практических занятий.</p> <p>Принимал по своей инициативе активное участие в упражнениях и ролевых играх, в обсуждении выполнения заданий на занятии.</p> <p>Студент продемонстрировал знание терминологии, умение формулировать определение понятий, знаний форм, видов, характеристик изучаемых явлений, умение пояснить то или иное явление на примере, умение высказывать свое мнение, отстаивать свою позицию, слушать и оценивать различные точки зрения, конструктивно полемизировать, находить точки соприкосновения разных позиций.</p>
4	<p>Студент выполнил все письменные задания по теме и оформил их в тетради для практических занятий или выполнил не полностью одно-два задания.</p> <p>При обсуждении выполнения заданий на занятии давал ответы на отдельные вопросы по побуждению со стороны преподавателя активного участия в обсуждении не принимал. Участвовал в ролевых играх.</p> <p>Студент продемонстрировал знание терминологии, умение формулировать определение понятий, знаний форм, видов, характеристик изучаемых явлений, умение пояснить то или иное явление на примере, умение высказывать свое мнение, отстаивать свою позицию, слушать и оценивать различные точки зрения, конструктивно полемизировать, находить точки соприкосновения разных позиций.</p>
3	<p>Студент выполнил половину письменных заданий по теме и оформил их в тетради для практических занятий или выполнил все задания, но не</p>

	<p>раскрыл содержание вопросов, ограничился перечислением терминов</p> <p>При обсуждении выполнения заданий на занятии давал ответы на отдельные вопросы по побуждению со стороны преподавателя, не принимал участия в обсуждении вопросов.</p> <p>Студент знает основные понятия дисциплины, однако имеет затруднения в применении знаний на практике и ответах на дополнительные вопросы, не может сформулировать собственную точку зрения и обосновать ее.</p>
2	<p>Студент выполнил менее половины письменных заданий по теме, оформил их в тетради для практических занятий. В обсуждении заданий к занятию, упражнениях, ролевых играх не участвовал.</p> <p>Студент продемонстрировал низкий уровень теоретических знаний, невладение основными терминологическими дефинициями, допустил значительное количество ошибок при ответе на вопросы преподавателя.</p>
1	<p>Студент не выполнил комплект заданий по теме. В обсуждении заданий к занятию, упражнениях, ролевых играх не участвовал.</p> <p>Студент продемонстрировал невладение основными терминологическими дефинициями.</p>

**Критерии оценки выполнения заданий тестов
(max – 5 баллов за выполнение заданий одного теста)**

Баллы рейтинговой оценки	Оценка	Критерии оценки
5	«Отлично» 5	Студент выполнил 80-100% задания теста - 8-10 заданий.
4	«Хорошо» 4	Студент выполнил 60-79% заданий теста - 6-7 заданий.
3	«Удовлетворительно» 3	Студент выполнил 40-59% заданий теста - 4-5 заданий
2	«Неудовлетворительно» 2	Студент выполнил менее 40% заданий теста - 1-3 задания.

4. Критерии оценки сформированности компетенций в рамках промежуточной аттестации (max – 40 баллов)

4.1. Критерии оценки сформированности компетенций на зачете

Баллы рейтинговой оценки (max – 40)	Критерии оценки
31-40	Содержание ответа соответствует поставленному вопросу. В ответе отражены все дидактические единицы, обозначенные в вопросе. Продемонстрировано знание фактического материала, отсутствуют фактические ошибки. Объем изложенного материала объему изученного материала. Продемонстрировано овладение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины: студент знает и использует термины, правильно дает определение понятий. Показано умелое использование понятий дисциплины в их связи. Ответ студента хорошо структурирован, материал изложен последовательно, логично. Изложение материала отражает логику поставленного вопроса: проблема - аргументация - выводы. Студент обобщает изложенный материал и делает выводы. Может привести примеры. Материал излагает полно, самостоятельно. Предложения построены стилистически и синтаксически грамотно, лексический запас широкий, речь орфоэпически правильна.
21-30	Содержание ответа соответствует поставленному вопросу. В ответе отражены все дидактические единицы, обозначенные в вопросе. Продемонстрировано знание фактического материала, присутствуют несущественные фактические ошибки. Объем изложенного материала незначительно меньше изученного. Продемонстрировано овладение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины: студент знает и использует термины, правильно дает определение понятий. Показано умелое использование понятий дисциплины в их связи. Не всегда может привести примеры. Ответ студента достаточно структурирован, материал изложен последовательно, логично. Изложение материала отражает логику поставленного вопроса: проблема - аргументация - выводы. Студент не всегда обобщает изложенный материал и делает выводы. Материал излагает полно, самостоятельно. Предложения построены стилистически и синтаксически грамотно, лексический запас широкий, речь орфоэпически правильна.
11-20	Содержание ответа не полностью соответствует поставленному вопросу. В ответе отражены не все дидактические единицы, обозначенные в вопросе. Присутствуют фактические ошибки. Объем изложенного материала значительно меньше изученного, но не менее 50%. Продемонстрировано неполное овладение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины: студент знает и использует термины, при определении понятий допускает существенные ошибки, дает неполные определения. Не приводит примеры. Ответ студента плохо структурирован. Части ответа изложены непоследовательно, между ними нет логической связи. Изложение материала не отражает логику поставленного вопроса: проблема - аргументация - выводы. Студент не обобщает изложенный материал и не делает выводы. Материал самостоятельно воспроизвести не может, требуются наводящие вопросы. Предложения содержат стилистические и синтаксические ошибки, лексический запас узкий.

<p>10 и менее</p>	<p>Содержание ответа частично соответствует поставленному вопросу. В ответе отражены не все дидактические единицы, обозначенные в вопросе. Фактический материал искаженный, содержит много ошибок. Объем изложенного материала значительно меньше изученного: менее 50%. Продемонстрировано слабое овладение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины: студент частично знает и использует термины, не может определить понятия. Взаимосвязи понятий неверные. Не приводит примеры. Ответ студента не структурирован. Материал изложен отрывочно, непоследовательно. Изложение материала не отражает логику поставленного вопроса: проблема - аргументация - выводы. Студент не обобщает изложенный материал и не делает выводы. Привести примеры не может. Материал самостоятельно воспроизвести не может, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы. Предложения содержат стилистические и синтаксические ошибки, лексический запас узкий</p>
--------------------------	---

Вопросы к зачету

1. Валеология, предмет, цель, задачи, методы, связь с другими науками.
2. «Болезни цивилизации», факторы риска.
3. Генетические предпосылки здоровья, влияние образа жизни в семье.
4. Экологическая патология и образ жизни современного человека.
5. Критерии здоровья и компоненты здорового образа жизни, их характеристика.
6. Здоровье человека как приоритет в деятельности государства и проблема личной ответственности человека за свое здоровье.
7. Биологическая и социальная сущность человека, социальные и культурологические факторы образа жизни современного человека.
8. Здоровье человека, классификация, критерии и уровни здоровья.
9. Древнерусские летописи о понятии здорового образа жизни и о развитии здоровых традиций физического воспитания молодежи («Поучения В. Мономаха, «Пчела»).
10. М.В. Ломоносов о государственном значении вопроса охраны здоровья и здорового образа жизни.
11. В.П. Кащенко о создании образовательно-воспитательной системы, направленной на формирование, сохранение и укрепление здоровья детей.
12. Идея организации педологической службы в школе в 30-е годы XX столетия.
13. Новые задачи охраны укрепления здоровья и новые проблемы научных исследований, связанные с массовым развитием детского спорта в 50-е годы XX столетия.
14. Развитие педагогической валеологизации в 90-е годы XX столетия.
15. Современные направления здоровьесберегающей деятельности.
16. Характеристика школьных факторов риска, связанных со здоровьем учащихся.
17. Связь тенденции гуманизации образования в российской педагогической науке с тенденцией решения проблемы здоровья ребенка.
18. Тенденции ухудшение состояния здоровья детей и подростков в России за последнее десятилетие.
19. Описание основных концептуальных моделей определения понятия здоровья: медицинская, биомедицинская, биосоциальная, ценностно-социальная.
20. Характеристика задач здоровьесберегающих технологий: ценность здоровья, диагностика здоровья, оздоровление, обучение здоровью.
21. Психическое здоровье, основные понятия.

22. Группы здоровьесберегающих технологий, применяемые в системе образования: организационно-педагогические, психолого-педагогические, учебно-воспитательные
23. Социальные аспекты наркомании.
24. Содержание здоровьесберегающих технологий (ЗСТ) в образовании: сущность и этапы организации работы образовательного учреждения по формированию у обучающихся культуры здорового образа жизни.
25. Представление системной работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни в условиях образовательного учреждения.
26. Перечень и краткая характеристика критериев оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников: наличие или отсутствие отклонений в раннем онтогенезе, уровень физического развития, уровень функционирования основных систем организма, нервно-психическое развитие ребенка и др.
27. Перечень и краткая характеристика критериев оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников: степень сопротивляемости и устойчивости к болезням (резистентность), наличие или отсутствие хронических заболеваний, адаптация к меняющимся внешним условиям и др.
28. Перечень и краткая характеристика критериев оценки состояния здоровья обучающихся и воспитанников: уровень физической подготовленности, уровень оптимальной нормы двигательной активности, улучшение состояния здоровья и др.
29. Табачный дым, характеристика, воздействие на различные органы и системы человека.
30. Болезни «курильщиков», антитабачные оздоровительные программы.
31. Пьянство и алкоголизм, воздействие на человека, профилактика алкогольного опьянения.
32. Наркотики, механизм развития патологического пристрастия.
33. Особенности подростковой нарко- (токсико)мании.
34. Взаимодействие кл. руководителя и педагога-организатора основ безопасности жизнедеятельности (ОБЖ): участие в тематических классных мероприятиях, проведение консультаций по конкретным вопросам, связанным с безопасной жизнедеятельностью детей и др.
35. Сотрудничество классного руководителя и социального педагога по формированию привычек здорового образа жизни детей и подростков.
36. Классный руководитель и педагог-организатор детских объединений в решении вопроса о повышении социальной активности детей и подростков в условиях школы.
37. Основные принципы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.
38. Характеристика современной профилактической программы дошкольников.
39. Формы адаптивного физического воспитания: утренняя гимнастика, физкультпаузы, прогулки, закаливание, туризм, элементы спорта, спортивные соревнования, праздники, фестивали, урочные занятия физическим воспитанием в учебных заведениях.
40. Способы восстановления утраченного здоровья: физические упражнения, подвижные игры, закаливание, занятия в воде.

4.2. Критерии оценки сформированности компетенций по дисциплине

Общая сумма баллов рейтинговой оценки (max – 100 баллов)	Оценка уровня сформированности компетенций на зачете	Критерии оценки
91-100	«зачтено»	<p>Студент глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает его на зачете. Умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение.</p> <p>Учебные достижения в семестровый период и результаты текущего контроля демонстрируют высокую степень овладения программным материалом.</p>
74-90	«зачтено»	<p>Студент твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.</p> <p>Учебные достижения в семестровый период и результаты текущего контроля демонстрируют хорошую степень овладения программным материалом.</p>
61-73	«зачтено»	<p>Студент имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.</p> <p>Учебные достижения в семестровый период и результаты текущего контроля демонстрируют достаточную (удовлетворительную) степень овладения программным материалом.</p>
60 и менее	«не зачтено»	<p>Студент не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые регулярно пропускали учебные занятия и не выполняли требования по выполнению самостоятельной работы и текущего контроля.</p> <p>Учебные достижения в семестровый период и результаты текущего контроля демонстрируют низкий уровень овладения программным материалом.</p>