Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет педагогики и психологии
Кафедра дошкольного и начального общего образования

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0233C9D60038B01A9E48C1A3FBB4A9D9F6
Владелец: Титов Сергей Николаевич
Действителен: с 07.07.2023 до 28.04.2038

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебно-методической
работе С.Н. Титов

ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Программа учебной дисциплины
модуля «Инновационные технологии начального образования»

основной профессиональной образовательной программы высшего образования
– программы магистратуры по направлению подготовки
44.04.01 Педагогическое образование,

направленность (профиль) образовательной программы
Научно-методическое обеспечение начального образования

(заочная форма обучения)

Составитель: Спиридонова А.А.,
доцент кафедры дошкольного и
начального общего образования

Рассмотрено и одобрено на заседании ученого совета факультета педагогики и психологии, протокол от «23» мая 2023 г. № 6.

Ульяновск, 2023

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Технологии формирования здорового образа жизни младших школьников в образовательном процессе начальной школы» относится к дисциплинам обязательной части Блока 1. Дисциплины (модули) части, формируемой участниками образовательных отношений, модуль «Инновационные технологии начального образования» учебного плана основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы магистратуры по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы «Научно-методическое обеспечение начального образования», заочной формы обучения.

Дисциплина опирается на результаты обучения, сформированные в рамках ряда дисциплин учебного плана, изученных обучающимися в 1-2 семестрах.

Результаты изучения дисциплины являются основой для изучения дисциплин и прохождения практик, а также для прохождения ГИА.

Перечень планируемых результатов обучения (образовательных результатов) по дисциплине

Целью освоение дисциплины «Технологии формирования здорового образа жизни младших школьников в образовательном процессе начальной школы» является формирование готовности магистрантов к осуществлению здоровьесберегающей деятельности в начальной школе.

Задачами освоения дисциплины является:

- сформировать у магистрантов понятие «технология формирования здорового образа жизни»;
- раскрыть содержание, многообразие приёмов, методов, форм работы по формированию у обучающихся в начальной школе положительного отношения к здоровью, формированию у них полезных привычек;
- углубить представления магистрантов о системе валеологического образования в России.

В результате освоения программы магистратуры обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Практикум по развитию эколого-педагогической ответственности педагога начального образования» (в таблице представлено соотнесение образовательных результатов обучения по дисциплине с индикаторами достижения компетенций):

Компетенция и индикаторы ее достижения в дисциплине	Образовательные результаты дисциплины (этапы формирования дисциплины)		
	знает	умеет	владеет
ПК-3 Способен организовывать образовательную деятельность в процессе обучения предметной области с учетом возрастных, психолого-физиологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся ИПК 3.1. Знает: особенности организации образовательной деятельности в начальной школе с учетом возрастных, психолого-физиологических осо-	**ОР-1** особенности организации здоровьесберегающей образовательной деятельности в начальной школе с учетом возрастных и психолого-физиологических особенностей обучающихся;	ОР-2 организовывать здоровьесберегающую образовательную деятельность в начальной школе с учетом возрастных и психолого-физиологических особенностей обучающихся;	

бенностей и образовательных потребностей обучающихся. ИПК 3.2. Умеет: организовывать образовательную деятельность в начальной школе с учетом возрастных, психолого-физиологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся.			

1. **Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Номер семестра	Учебные занятия						Форма промежуточной аттестации
	Всего		Лекции, час	Практические занятия, час	Лабораторные занятия, час	Самостоят. работа, час	
	Трудоемк.						
	Зач. ед.	Часы					
3	3	108	4	10	-	85	экзамен (9)
Итого:	3	108	4	10	-	85	108

2. **Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

3.1.Указание тем (разделов) и отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

	Наименование раздела и тем	Количество часов по формам организации обучения			
		Лекц. занятия	Лаб. занятия	Практ. занятия	Самост. работа
	3 семестр				
1	Здоровьетворящие (здоровьесберегающие) педагогические технологии как средство организации здоровьетворящего образования.	**4**		**4**	**25**
2	Здоровьесберегающая педагогика и технологии ее реализации.			**2**	**20**

3	Организация и технология проведения здоровьесберегающей работы в образовательном учреждении. Методические аспекты организации работы по формированию здорового образа жизни у обучающихся в начальной школе.			**2**	**20**
4	Взаимодействие школы и родителей по вопросам здоровьесбережения детей. Здоровье педагога и его влияние на воспитанников. Особенности формирования ЗОЖ у младших школьников.			**2**	**20**
	Итого:			**10**	**85**

3.2.Краткое описание содержания тем (разделов) дисциплины

Краткое содержание курса (3 семестр)

Тема 1. Здоровьетворящие (здоровьесберегающие) педагогические технологии как средство организации здоровьетворящего образования.

Системный подход к человеку и здоровью. Понятие здорового образа жизни. Определение здоровья (ВОЗ). Понятие здоровья как жизненной ценности. Составляющие здоровья: физическое, психическое и социальное здоровье. Критерии здоровья: отсутствие болезней, равновесие организма в системе "человек окружающая среда", способность адаптироваться к изменяющимся условиям окружающей среды. Функциональное проявление здоровья в разных формах жизнедеятельности школьника. Возрастная динамика здоровья. Статистика здоровья. Рождаемость, продолжительность жизни и здоровье подрастающего поколения. Факторы, определяющие здоровье человека (наследственность, экология, образ жизни, здравоохранение). Факторы здоровья, определяемые образом жизни человека. Факторы здоровья, определяемые влиянием окружающей среды (природной и техногенной). Факторы здоровья, определяемые развитием системы здравоохранения. Факторы здоровья, определяемые наследственностью ребенка. Нормативные документы.

Тема 2. Здоровьесберегающая педагогика и технологии ее реализации.

Понятие технологии. Типы технологии. Отличительные особенности технологий от методик обучения и воспитания. Уровни функционирования педагогических технологий. Здоровьесберегающие технологии, их функции, виды, основополагающие принципы и компоненты. Здоровьесберегающие технологии: обеспечение двигательной активности, основы здорового питания, формирование навыков здорового питания, организация здорового питания, профилактические прививки, витаминизация.

Тема 3. Организация и технология проведения здоровьесберегающей работы в образовательном учреждении. Методические аспекты организации работы по формированию здорового образа жизни у обучающихся в начальной школе.

Оздоровительные технологии: физическая подготовка, закаливание, арт-терапия, массаж, фитотерапия и др. Здоровьесберегающая организация учебного процессе. Школьный урок, его воздействие на здоровье учащихся. Формирование культуры здоровья школьников. Технологии обучения здоровью. Программы Л.Г. Татарниковой «Я и мое здоровье», Н.Ф. Базарного Сенсорная свобода и психомоторного раскрепощения» и другие.

Интерактивные формы: Компьютерная презентация проектов по организации ЗОЖ в начальной школе

Тема 4. Взаимодействие школы и родителей по вопросам здоровьесбережения детей. Здоровье педагога и его влияние на воспитанников. Особенности формирования ЗОЖ у младших школьников.

Просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье. Психологическое и социально-педагогическое консультирование: предоставление участникам образовательного

процесса консультационных услуг по различным психолого-педагогическим и социально-медицинским проблемам, вопросам самоопределения, личностного роста, взаимоотношений, по вопросам воспитания и обучения несовершеннолетних, сохранения здоровья, применения средств и способов его укрепления; помощь учащимся и родителям (законным представителям) в преодолении трудной жизненной ситуации. Комплекс рекомендаций по проблеме сохранения здоровья педагога. Формирование у педагогов потребность к здоровому образу жизни.

Интерактивные формы: Презентация деловой игры, мастер-класса, тренинга по здоровьесбережению.

3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа студентов является особой формой организации учебного процесса, представляющая собой планируемую, познавательно, организационно и методически направляемую деятельность студентов, ориентированную на достижение конкретного результата, осуществляемую без прямой помощи преподавателя. Самостоятельная работа студентов является составной частью учебной работы и имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, поиск и приобретение новых знаний, а также выполнение учебных заданий, подготовку к предстоящим занятиям и экзамену. Она предусматривает, как правило, разработку рефератов, написание докладов, выполнение творческих, индивидуальных заданий в соответствии с учебной программой (тематическим планом изучения дисциплины). Тема для такого выступления может быть предложена преподавателем или избрана самим студентом, но материал выступления не должен дублировать лекционный материал. Реферативный материал служит дополнительной информацией для работы на практических занятиях. Основная цель данного вида работы состоит в обучении студентов методам самостоятельной работы с учебным материалом. Для полноты усвоения тем, вынесенных в практические занятия, требуется работа с первоисточниками. Курс предусматривает самостоятельную работу студентов со специальной литературой. Следует отметить, что самостоятельная работа студентов результативна лишь тогда, когда она выполняется систематически, планомерно и целенаправленно.

Задания для самостоятельной работы предусматривают использование необходимых терминов и понятий по проблематике курса. Они нацеливают на практическую работу по применению изучаемого материала, поиск библиографического материала и электронных источников информации, иллюстративных материалов. Задания по самостоятельной работе даются по темам, которые требуют дополнительной проработки.

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине включает аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу студентов в течение семестра.

Аудиторная самостоятельная работа осуществляется в форме выполнения тестовых заданий, кейс-задач, письменных проверочных работ по дисциплине. Аудиторная самостоятельная работа обеспечена базой тестовых материалов, кейс-задач по разделам дисциплины.

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в формах:
- подготовки к устным докладам (выступлениям по теме реферата);
- подготовка к защите проекта.

Темы рефератов (3 семестр)

1) Взаимосвязь ЗОЖ и здоровья школьников.
2) Основные требования к организации ЗОЖ школьника. Нездоровый образ жизни и факторы риска.
3) Питательные вещества и их биологическая ценность для развития и укрепления здоровья детей.

4) Принципы сбалансированного и рационального питания школьников.

5) Принципы диетического питания школьников разных групп здоровья. Избыточное питание и анерексия как факторы риска для здоровья детей.

6) Двигательная активность как фактор здорового образа жизни школьников. Гиподинамия как фактор риска. Возрастные нормы двигательной активности школьников.

7) Утомление, активный и пассивный отдых школьников. Чередование видов деятельности как условие сохранение работоспособности школьников.

8) Использование активных методов релаксации для уменьшения уровня тревожности.

Задания для контрольной работы (3 семестр):

Пример контрольной работы.

Контрольная работа. Подготовьте подробный конспект внеурочного занятия (викторина, квест, спектакль и др.) для обучающихся 1-4 классов на одну из тем: «В гостях у Мойдодыра», «Полезная и вредная пища», «Мое здоровье в моих привычках», «Профессия врач», «Распорядок дня».

Индивидуальные задания
3семестр

1.Оформление "Паспорта здоровья школьника" с использованием методической литературы: 1. Русинова С.И. "Паспорт здоровья школьника", Казань, 2010. 2. "Индивидуальные медицинские карты здоровья школьника. Группы здоровья". 3. "Национальный календарь прививок Министерства здравоохранения". 4. Материалы из интернет-ресурсов: Сайт Минобр. науки "Паспорт здоровья школьника".

2. Анализ школьного меню (обеда) младших школьников.

3. Разработка рабочей программы внеурочной деятельности для младших школьников «Здоровячки».

4. Составьте библиографический список из 20 источников научной литературы по проблеме исследования технологий формирования здорового образа жизни у младших школьников. Литературные источники должны быть изданы в течение последних 5 лет.

*5.*Подготовьте презентацию-обзор электронных образовательных ресурсов для младших школьников, в т.ч. цифровых каталогов, компьютерных игр, видео- и аудиоконтента и т.д. Количество слайдов в презентации – не менее 18.

6. Разработайте познавательные задачи разных видов для решения задач формирования здорового образа жизни у младших школьников.

7. Составьте 4 педагогические задачи или кейса по проблеме формирования у младших школьников здорового образа жизни.

8. Нарисуйте пословицу или известное стихотворение о здоровье.

9. Подготовьте презентацию кластера. Тезисы для работы: «В здоровом теле – здоровый дух», «Чистота – залог здоровья». Каждому тезису нужно разработать 2 слайда: первый – раскрывает сущность этого утверждения, второй – рассказывать о том, какие приемы в связи с этим следует использовать в работе с детьми.

10. Разработайте упражнения для проведения тренинга на тему «Здоровый образ жизни».

11. Подготовить доклад на одну из предложенных тем:

1. Оценка состояния здоровья младшего школьника.
2. Гармоничность физического развития и осанка школьников.
3. Организация рабочего места школьника. Микроклимат и принципы рассаживания школьников в классе.
4. Психофизиологические особенности детей младшего.
5. Психофизиологические аспекты и этапы адаптации ребенка к школе. Причины и профилактика нарушений ВНД (неврастения, неврозы, истерия, депрессия)

6. Понятие о здоровом образе жизни и факторах ЗОЖ.

Для самостоятельной подготовки к занятиям по дисциплине рекомендуется использовать учебно-методические материалы:

1. Белова, Л. В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие / Л.В. Белова. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 93 с. URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457868
2. Нестерова А.А. Основы эколого-педагогической ответственности педагога начального образования: учебное пособие. – Ульяновск: ФГБОУ ВПО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2015. – 96 с.

4. Примерные оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Организация и проведение аттестации студента

ФГОС ВО в соответствии с принципами Болонского процесса ориентированы преимущественно не на сообщение обучающемуся комплекса теоретических знаний, но на выработку у бакалавра компетенций – динамического набора знаний, умений, навыков и личностных качеств, которые позволят выпускнику стать конкурентоспособным на рынке труда и успешно профессионально реализовываться.

В процессе оценки студентов необходимо используются как традиционные, так и инновационные типы, виды и формы контроля. При этом постепенно традиционные средства совершенствуются в русле компетентностного подхода, а инновационные средства адаптированы для повсеместного применения в российской вузовской практике.

Цель проведения аттестации – проверка освоения образовательной программы дисциплины-практикума через сформированность образовательных результатов.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и завершает изучение дисциплины; помогает оценить крупные совокупности знаний и умений, формирование определенных компетенций.

Оценочными средствами текущего оценивания являются: доклад, тесты по теоретическим вопросам дисциплины, защита практических работ и т.п. Контроль усвоения материала ведется регулярно в течение всего семестра на практических (семинарских, лабораторных) занятиях.

№ п/п	**СРЕДСТВА ОЦЕНИВАНИЯ,** используемые для текущего оценивания показателя формирования компетенции	**Образовательные результаты дисциплины**
	Оценочные средства для текущей аттестации ОС-1 презентация модели технологии формирования здорового образа жизни младших школьников ОС-2 Анализ программ ОС-3 проект «Программы формирования образа жизни» ОС-4 индивидуальный образовательный маршрут по формированию здорового образа жизни у обучающихся	ОР-1 особенности организации здоровьесберегающей образовательной деятельности в начальной школе с учетом возрастных и психолого-физиологических особенностей обучающихся; ОР-2 организовывать здоровьесберегающую образовательную деятельность в начальной школе с учетом возрастных и психолого-физиологических особенностей обучающихся;
	Оценочные средства для промежуточной аттестации ОС-5	

	Экзамен в форме устного собеседования по вопросам	

Описание оценочных средств и необходимого оборудования (демонстрационного материала), а так же процедуры и критерии оценивания индикаторов достижения компетенций на различных этапах их формирования в процессе освоения образовательной программы представлены в Фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине.

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

Материалы для организации текущей аттестации представлены в п.5 программы.

ОС-5 Экзамен в форме устного собеседования по вопросам

Перечень примерных вопросов к экзамену

1. Понятие здоровья. Физическое здоровье. Психическое здоровье. Социальное здоровье.
2. Индивидуальное здоровье, его показатели. Общественное здоровье и его показатели.
3. Валеология как наука о здоровье.
4. Здоровьесберегающие и здоровьетворящие технологии.
5. Младший школьник как субъект здоровьетворящей деятельности.
6. Адаптация как способность организма сохранять гомеостаз. Общий адаптационный синдром.
7. Понятие болезни. Методы оценки здоровья.
8. Факторы здоровья. Факторы риска болезни.
9. Понятие здорового образа жизни. Методы оценки типологических особенностей человека
10. Здоровый образ жизни: двигательная активность. Гиподинамия, ее последствия для здоровья.
11. Рациональный режим жизни. Особенности двигательной активности современного человека. Статическая и динамическая нагрузки. Нормы двигательной активности.
12. Сущность и основные принципы закаливания.
13. Способы профилактики нарушений осанки, близорукости у детей.
14. Профилактика утомления у школьников в процессе учебной деятельности.
15. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе, их функции, виды, основополагающие принципы и компоненты.
16. Оздоровительные технологии: физическая подготовка, закаливание, арт-терапия, массаж, фитотерапия и др.
17. Здоровьесберегающая организация учебного процессе.
18. Школьный урок, его воздействие на здоровье учащихся.
19. Формирование культуры здоровья школьников. Технологии обучения здоровью.
20. Методические аспекты формирования здорового образа жизни в начальной школе.

Примерные вопросы для теста

Вопрос 1. Выберите правильный ответ.

Комплекс мер по охране и укреплению здоровья детей в образовательном учреждении – это…

а) здоровьесберегающие технологии;

б) компоненты валеологического воспитания;

в) условия здоровьетворящего взаимодействия.

Вопрос 2. Выберите правильный ответ.

Какова цель здоровьесберегающих технологий?

а) обеспечить безопасный учебный процесс, который способствует развитию психологического, социального и физического здоровья ученика;

б) реализация функции просвещения в рамках деятельности всех компонентов системы просвещения, направленной на воспроизводство и развитие гражданского общества и государственности Российской Федерации;

в) максимальное использование наследованных механизмов и резервов жизнедеятельности человека и поддержание на высоком уровне адаптации организма к условиям внутренней и внешней среды.

Вопрос 3. Выберите правильный ответ.

Что по определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов?

а) здоровье;

б) способность;

в) устойчивость.

Вопрос 4. Выберите правильный ответ.

К какой группе технологий здоровьесберегающей педагогики относятся Организационно-педагогические технологии, Психолого-педагогические технологии и Учебно-воспитательные технологии?

а) Медико-гигиенические технологии и лечебно-оздоровительные технологии;

б) Физкультурно-оздоровительные технологии;

в) Здоровьесберегающие образовательные технологии;

г) Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Вопрос 5. Выберите правильный ответ.

Какие факторы согласно статистике Института возрастной физиологии РАО, ***не относятся*** *к школьным факторам риска, провоцируемым школьной образовательной средой?*

а) стрессовые ситуации на занятиях (стрессогенная педагогическая тактика, необъективная оценка знаний, неадекватные требования к ученику);

б) недостаток физической нагрузки (гиподинамия);

в) несоответствие учебной нагрузки возрасту обучаемых;

г) интенсификация образовательного процесса;

д) возможность индивидуального подхода к обучающимся.

В конце изучения дисциплины подводятся итоги работы студентов на лекционных и практических занятиях путем суммирования заработанных баллов в течение семестра.

Критерии оценивания знаний обучающихся по дисциплине

Формирование балльно-рейтинговой оценки работы обучающихся

		Посещение лекций	Посещение практических занятий	Работа на практических занятиях	Зачёт
3 семестр	Разбалловка по видам работ	2 х 1=2 баллов	5 х 1=5 баллов	229 баллов	64 баллов
	Суммарный макс. балл	2 балла max	5 баллов max	229 баллов max	300 баллов max

Критерии оценивания работы обучающегося по итогам семестра

Оценка за экзамен/зачет с оценкой/ выставляется согласно следующей шкале:

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если студент набрал 50 % и менее баллов от числа возможных за семестр.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент набрал более 50 % баллов от числа возможных, но не более 70 %.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент более 70 % баллов от числа возможных, но не более 90 %.

Оценка «отлично» выставляется, если студент набрал более 90 % баллов от числа возможных.

Отметка	**Баллы (3 ЗЕ)**
«отлично»	271 - 300
«хорошо»	211 – 270
«удовлетворительно»	151 – 210
«неудовлетворительно»	150 и менее

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Организация образовательного процесса по дисциплине предусматривает проведение лекционных и практических занятий, с использованием комплекса педагогических методов: наглядных, словесных, практических. Для подготовки к лекционным и практическим занятиям педагог должен изучить основные теоретические положения, практику формирования здорового образа жизни у обучающихся в начальной школе.

Особую значимость имеет применение инновационных методов обучения, поскольку способствует формированию у них общепедагогических компетенций, а также инструментальной и технологической готовности к осуществлению будущей профессиональной деятельности в контексте формирования здорового образа жизни у обучающихся в начальной школе.

Проведение практических занятий требует от педагога владения разнообразными активными и интерактивными технологиями и приёмами организации работы студентов.

Методические рекомендации студентам

Подготовка к практическим занятиям включает в себя изучение теоретического материала, и выполнение практических заданий. Подготовка к каждому семинарскому занятию требует выполнения определенных практических заданий, позволяющих закрепить теоретический материал. К теоретическим вопросам, отраженным в содержании каждого занятия, следует готовиться, используя основную литературу. Дополнительная литература поможет студентам расширить представления в области поднимаемых проблем.

Методические указания при подготовке доклада

Доклад – это научное сообщение на практическом занятии. Существует несколько стилей изложения, например, разговорный стиль, канцелярский и т.п. Доклад на занятии предполагает научный язык, который требует выполнения определенных правил.

Научный текст – это (М.Н.Пряхин):

1) сообщение, которое опирается на широкое обобщение, на представительную сумму достоверных, подкрепленных документально и неоднократно проверенных фактов;

2) это сообщение о новых, ранее неизвестных явлениях природы, общества;

3) это сообщение, написанное с использованием строгих однозначных терминов;

4) это сообщение, в котором нет предвзятого отношения к изучаемому предмету, бесстрастное и не навязывающее необоснованных оценок».

В ходе научного доклада необходимо показать, насколько хорошо докладчик знаком с фундаментальными трудами по избранной теме, продемонстрировать владение методологией исследования, показать, что результат исследования есть результат широкого обобщения, а не выборка случайных фактов.

Доклад начинается с научной актуальности темы, затем дается обзор предшествующих работ и, наконец, формулируется тезис – мысль, требующая обоснования. В качестве тезиса могут выступать:

а) новые неизвестные факты;

б) новые объяснения известных фактов;

в) новые оценки известных фактов.

Доклад – это устное выступление. Доклад отличается от письменных работ соблюдением регламента. Для того чтобы уложиться в отведенное время необходимо: тщательно отобрать факты и примеры, исключить из текста выступления все, не относящееся напрямую к теме; иллюстративный материал (графики, диаграммы, таблицы, схемы) должен быть подготовлен либо в распечатанном виде, либо в виде компьютерной презентации; необходимо заранее проговорить вслух текст выступления и зафиксировать время, сделать поправки в докладе.

Доклад должен хорошо восприниматься на слух. Это предполагает: краткость, т.е. исключение из текста слов и словосочетаний, не несущих смысловой нагрузки; смысловую точность, т.е. отсутствие возможности двоякого толкования тех или иных фраз; отказ от неоправданного использования иностранных слов и сложных грамматических конструкций; логичность изложения.

Поддержание контакта с аудиторией - для этого используются разнообразные ораторские приемы: риторические вопросы; паузы; голосовые приемы (понижение или повышение голоса, ускорение или замедление речи, замедленное и отчетливое произнесение некоторых слов); жестикуляция; прямое требование внимания. Следует иметь в виду, что при слишком частом употреблении средства акцентирования перестают выполнять свои функции и превращаются в информационно-избыточные элементы, мешающие следить за логикой изложения.

План практических занятий

Практическое занятие №1-2. **Здоровьетворящие (здоровьесберегающие) педагогические технологии как средство организации здоровьетворящего образования.**

Цель работы: формировать понятие о здоровьетворящих педагогических технологиях как о средстве организации здоровьетворящего образования

Рекомендации к самостоятельной работе

1. Изучить литературу по теме.
2. Подготовить сообщения по вопросам семинара

Содержание:

- Системный подход к человеку и здоровью. Понятие здорового образа жизни. Определение здоровья (ВОЗ). Понятие здоровья как жизненной ценности. Составляющие здоровья: физическое, психическое и социальное здоровье.
- Критерии здоровья: отсутствие болезней, равновесие организма в системе "человек окружающая среда", способность адаптироваться к изменяющимся условиям окружающей среды.
- Функциональное проявление здоровья в разных формах жизнедеятельности школьника. Возрастная динамика здоровья. Статистика здоровья. Рождаемость, продолжительность жизни и здоровье подрастающего поколения.
- Факторы, определяющие здоровье человека (наследственность, экология, образ жизни, здравоохранение).
- Факторы здоровья, определяемые образом жизни человека.
- Факторы здоровья, определяемые влиянием окружающей среды (природной и техногенной).
- Факторы здоровья, определяемые развитием системы здравоохранения.
- Факторы здоровья, определяемые наследственностью ребенка.

Отчётность: творческое задание.

Практическое занятие №3. **Здоровьесберегающая педагогика и технологии ее реализации.**

Цель работы: формировать понятие о здоровьесберегающей педагогике и технологиях её реализации

Рекомендации к самостоятельной работе

1. Изучить литературу по теме.
2. Подготовить сообщения по вопросам семинара

Содержание:

- Понятие технологии. Типы технологии. Отличительные особенности технологий от методик обучения и воспитания. Уровни функционирования педагогических технологий.
- Здоровьесберегающие технологии, их функции, виды, основополагающие принципы и компоненты.
- Здоровьесберегающие технологии: обеспечение двигательной активности, основы здорового питания, формирование навыков здорового питания, организация здорового питания, профилактические прививки, витаминизация.

Отчётность: Доклад с компьютерной презентацией.

Практическое занятие №4. **Организация и технология проведения здоровьесберегающей работы в образовательном учреждении. Методические аспекты организации работы по формированию здорового образа жизни у обучающихся в начальной школе.**

Цель работы: формировать навыки организации и проведения здоровьесберегающей работы в образовательном учреждении

Рекомендации к самостоятельной работе

1. Изучить литературу по теме.
2. Подготовить сообщения по вопросам семинара

Содержание:

- Оздоровительные технологии: физическая подготовка, закаливание, арт-терапия, массаж, фитотерапия и др.
- Здоровьесберегающая организация учебного процессе.
- Школьный урок, его воздействие на здоровье учащихся.
- Формирование культуры здоровья школьников.
- Технологии обучения здоровью.
- Программы Л.Г. Татарниковой «Я и мое здоровье», Н.Ф. Базарного Сенсорная свобода и психомоторного раскрепощения» и другие.

Отчётность: дискуссия.

Практическое занятие №5. **Взаимодействие школы и родителей по вопросам здоровьесбережения детей. Здоровье педагога и его влияние на воспитанников. Особенности формирования ЗОЖ у младших школьников.**

Цель работы: изучить взаимодействие школы и родителей по вопросам формирования ЗОЖ младших школьников

Рекомендации к самостоятельной работе

1. Изучить литературу по теме.
2. Подготовить сообщения по вопросам семинара

Содержание:

- Просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье.
- Психологическое и социально-педагогическое консультирование: предоставление участникам образовательного процесса консультационных услуг по различным психолого-педагогическим и социально-медицинским проблемам, вопросам самоопре-

деления, личностного роста, взаимоотношений, по вопросам воспитания и обучения несовершеннолетних, сохранения здоровья, применения средств и способов его укрепления; помощь учащимся и родителям (законным представителям) в преодолении трудной жизненной ситуации.

- Комплекс рекомендаций по проблеме сохранения здоровья педагога.
- Формирование у педагогов потребность к здоровому образу жизни.

Отчётность: эссе.

6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины

Айдаркин, Е. К. Возрастные основы здоровья и здоровьесберегающие образовательные технологии : учебное пособие / Е. К. Айдаркин, Л. Н. Иваницкая ; Федеральное агентство по образованию Российской Федерации, Южный федеральный университет, Биологический факультет. – Ростов-на-Дону : Южный федеральный университет, 2008. – 176 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=240909

Вайнер, Э. Н. Валеология: учебник для вузов / Э. Н. Вайнер. – 11-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2021. – 448 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79501

Дополнительная литература

Орехова, Т. Ф. Теоретические основы формирования здорового образа жизни субъектов педагогического процесса в системе современного общего образования / Т. Ф. Орехова. – 4-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2021. – 354 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83457 (дата обращения: 11.03.2022). – ISBN 978-5-9765-1211-5. – Текст : электронный.

Поляшова, Н. В. Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе : учебное пособие / Н. В. Поляшова, И. А. Новикова, И. Г. Маракушина ; Северный (Арктический) федеральный университет им. М. В. Ломоносова. – Архангельск : Северный (Арктический) федеральный университет (САФУ), 2012. – 147 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436398 (дата обращения: 11.03.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-261-00737-1. – Текст : электронный.

Интернет-ресурсы

Инфоурок. – Режим доступа: https://infourok.ru/.
Педсовет. – Режим доступа: https://pedsovet.org/.
Открытый класс. – Режим доступа: http://www.openclass.ru.

Лист согласования рабочей программы
учебной дисциплины (практики)

Направление подготовки: 44.04.01 Педагогическое образование

Профиль: Научно-методическое обеспечение начального образования
Рабочая программа Технологии формирования здорового образа жизни младших школьников в образовательном процессе начальной школы

Составитель: А.А. Спиридонова – Ульяновск: УлГПУ, 2023.

Программа составлена с учетом федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, утверждённого Министерством образования и науки Российской Федерации, и в соответствии с учебным планом.

Составители_____ А.А. Спиридонова
(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины (практики) одобрена на заседании кафедры дошкольного и начального общего образования "23" мая 2023г., протокол № 10
Заведующий кафедрой

_____ Л.М. Захарова 05.06.2023
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*

Рабочая программа учебной дисциплины (практики) согласована с библиотекой
Сотрудник библиотеки

_____ Ю.Б. Марсакова 05.06. 2023
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*

Программа рассмотрена и одобрена на заседании ученого совета факультета педагогики и психологии "23" мая 2023 г., протокол № 6
Председатель ученого совета факультета педагогики и психологии

_____ В.А. Кокин 9.06.2023
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*