

**Новочеркасский инженерно-мелиоративный институт им. А.К. Кортунова филиал  
ФГБОУ ВО Донской ГАУ**

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета ФБиСТ

В.А. Губачев \_\_\_\_\_

" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2024 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Дисциплины	<b>Б1.О.16</b>	<b>Здоровьесберегающие технологии в педагогическом образовании</b>
Направление(я)	<b>44.03.01</b>	<b>Педагогическое образование</b>
Направленность (и)	<b>Информатика и информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)</b>	
Квалификация	<b>бакалавр</b>	
Форма обучения	<b>очная</b>	
Факультет	<b>Факультет бизнеса и социальных технологий</b>	
Кафедра	<b>История, философия и социальные технологии</b>	
Учебный план	<b>2022_44.03.01ikt.plx</b>	<b>44.03.01 Педагогическое образование</b>
ФГОС ВО (3++) направления	<b>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)</b>	
Общая трудоемкость	<b>108 / 3 ЗЕТ</b>	
Разработчик (и):	<b>канд. социол. наук, доц., Аниканова Н.А.</b>	
Рабочая программа одобрена на заседании кафедры	<b>История, философия и социальные технологии</b>	
Заведующий кафедрой	<b>Ищенко А.С.</b>	

Дата утверждения плана уч. советом от 31.01.2024 протокол № 5.

Дата утверждения рабочей программы уч. советом от 26.06.2024 протокол № 10

**1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ**

Общая трудоемкость	<b>3 ЗЕТ</b>
Часов по учебному плану	108
в том числе:	
аудиторные занятия	28
самостоятельная работа	80

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
	Неделя		13 4/6	
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	14	14	14	14
Практические	14	14	14	14
В том числе инт.	6	6	6	6
Итого ауд.	28	28	28	28
Контактная работа	28	28	28	28
Сам. работа	80	80	80	80
Итого	108	108	108	108

Виды контроля в семестрах:

Зачет	6	семестр
Реферат	6	семестр

**2. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

2.1	формирование представлений студентов о современных технологиях в области сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста; углубление и расширение их знаний по проблемам здоровья и образа жизни.
-----	---

**3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О
<b>3.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
3.1.1	Безопасность жизнедеятельности
3.1.2	Методика обучения и воспитания
3.1.3	Общая педагогика
3.1.4	Педагогическая практика по методике организации дополнительного образования
3.1.5	Научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы) предметно-содержательная
3.1.6	Основы волонтерской деятельности
3.1.7	Физическая культура и спорт
<b>3.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
3.2.1	Обучение детей и подростков с особыми образовательными потребностями
3.2.2	Педагогическая практика
3.2.3	Психолого-педагогическая коррекция
3.2.4	Выполнение и защита выпускной квалификационной работы
3.2.5	Моделирование образовательного пространства
3.2.6	Научно-исследовательская работа
3.2.7	Преддипломная практика

**4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**ОПК-3 : Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов**

ОПК-3.1 : Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

ОПК-3.2 : Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся

ОПК-3.3 : Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления

**УК-7 : Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

УК-7.1 : Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности

УК-7.2 : Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья

**УК-8 : Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов**

УК-8.1 : Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности

УК-8.2 : Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условия военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения

**5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Индикаторы	Литература	Интеракт.	Примечание
-------------	---	----------------	-------	------------	------------	-----------	------------

	<b>Раздел 1. Современная ситуация со здоровьем российских детей.</b>						
1.1	Современная ситуация со здоровьем российских детей. Рациональная организация труда и отдыха. Оптимизация условий пребывания детей в образовательном учреждении с позиции требований нормального режима его работы. /Лек/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	
1.2	Педагогика здоровья. Педагогика здоровья и ее основополагающие принципы. Внутришкольные факторы риска для здоровья детей и подростков. /Пр/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	
1.3	Подготовка к практическим занятиям, текущим и промежуточным контролям /Ср/	6	15	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	
	<b>Раздел 2. Здоровый образ жизни</b>						
2.1	Валеологическое воспитание – актуальная задача новой школы. Характеристика системы валеологического воспитания детей и подростков. Валеологическая культура как важный элемент профессиональной культуры педагога /Лек/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	
2.2	Психосоматическая целостность человека. Понятие о психосоматической целостности человека. Психологическая безопасность как необходимое условие сохранения здоровья детей и подростков. /Лек/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	
2.3	Здоровый образ жизни. Рациональная физическая нагрузка как фактор ЗОЖ. Роль спортивно-оздоровительных мероприятий в системе здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения. Рациональное питание как фактор ЗОЖ. /Лек/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	
2.4	Понятие образа жизни. Представление о ЗОЖ. Вредные привычки. Факторы, определяющие их возникновение. Современные требования к качеству питания детей и подростков. /Лек/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	

2.5	Учебный процесс как фактор сохранения здоровья. Планирование учебного процесса как фактор укрепления и сохранения здоровья. Технологии организации урока с рациональной позицией здоровьесбережения. /Пр/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	1	
2.6	Формирование валеологических знаний. Специфика формирования валеологических знаний и навыков у младших школьников. Слагаемые валеологической культуры педагога. Проблемы со здоровьем педагогов. /Пр/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	1	
2.7	Стресс и дистресс. Понятие о стрессе и дистрессе. Стиль педагогического общения как основа психологически комфортной здоровьесберегающей среды образовательного учреждения. /Пр/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	1	
2.8	ЗОЖ. Условия для реализации двигательной активности детей и подростков. Актуальные проблемы школьного питания. Реформирование системы школьного питания в России. /Пр/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	1	
2.9	Профилактика ЗОЖ. Оценка последствий для здоровья пагубных привычек. Профилактика пагубных пристрастий и зависимостей в образовательных учреждениях. /Пр/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	1	
2.10	Подготовка к практическим занятиям, текущим и промежуточным контролям /Ср/	6	40	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	
	<b>Раздел 3. Технологии взаимодействия учреждений образования</b>						
3.1	Технологии взаимодействия учреждений образования. Понятие здоровьесберегающих технологий. Технологии организации урока, с позиции здоровьесбережения. /Лек/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	
3.2	Механизмы взаимодействия учреждений образования. Механизмы взаимодействия учреждений образования, культуры, спорта и родительской общественности для решения задач по сохранению и укреплению здоровья детей. Планирование учебного процесса как фактор укрепления и сохранения здоровья. /Лек/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	

3.3	Технологии взаимодействия учреждений образования. Технологии взаимодействия учреждений образования, культуры, спорта и родительской общественности для решения задач по сохранению и укреплению здоровья детей. /Пр/	6	2	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	1	
3.4	Подготовка к практическим занятиям, текущим и промежуточным контролям /Ср/	6	11	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	
<b>Раздел 4. Итоговый контроль (зачет)</b>							
4.1	Написание реферата /Ср/	6	10	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	
4.2	/Зачёт/	6	4	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4	0	

## 6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 6.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы для проведения промежуточной аттестации в форме зачета:

- Анализ ситуации со здоровьем школьников в России
- Роль школы в провокации и устранении негативного влияния факторов риска для здоровья ребенка. Понятие здоровьесберегающих технологий.
- Мониторинг здоровья детей и подростков в условиях образовательного учреждения
- Система диагностических и профилактических мероприятий оздоровительной направленности. Организация взаимодействия педагогов и медиков с целью формирования здоровьесберегающей среды образовательного учреждения
- Требования к предметно пространственной составляющей образовательной среды для ее оздоровления и психологической безопасности
- Нормативно-методическое сопровождение педагогики здоровья. Требования, регламентирующие различные стороны организации пребывания детей в образовательном учреждении
- Методика организации мероприятий, нацеленных на мотивацию детей к ЗОЖ
- Приемы здоровьестроительного практикума для школьников
- Использование в работе педагога знаний о закономерностях динамики работоспособности и утомляемости. Профилактика детского утомления и переутомления
- Понятие о режиме дня детей и подростков. Грамотное чередование видов трудоемкой деятельности и отдыха. Приемы релаксации и мобилизации для использования в организации учебной деятельности
- Нормирование учебной нагрузки для формирования здоровья детей. Рациональная организация учебного труда и отдыха
- Характеристика системы валеологического воспитания детей и подростков. Специфика формирования валеологических знаний и навыков
- Слагаемые валеологической культуры педагога. Мониторинг валеологической грамотности педагогов
- Проблемы со здоровьем педагогов. Профессионально обусловленные психосоматические деформации. Эмоциональное выгорание как проблема здоровья педагогов
- Понятие о психосоматической целостности человека. Понятие о стрессе и дистрессе. Способы обеспечения психологической безопасности детей в образовательном учреждении
- Стиль педагогического общения как основа психологической комфортной здоровьесберегающей среды образовательного учреждения
- Роль спортивно-оздоровительных мероприятий в системе здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения
- Условия для реализации двигательной активности детей и подростков. Способы организации двигательной активности детей в течение учебного дня. Зарядка.
- Подвижные игры (в том числе на воздухе). Динамические паузы на уроке.
- Актуальные проблемы школьного питания. Реформирование системы школьного питания в России

20. Исследование зарубежного опыта организации централизованного и иного питания детей в образовательных учреждениях
21. Полноценное питание ребенка. Мероприятия по профилактике неправильного и недостаточного питания детей и подростков
22. Вредные привычки. Факторы, определяющие их возникновение. Оценка последствий для здоровья
23. Профилактика пагубных пристрастий и зависимостей в образовательных учреждениях
24. Методика организации мероприятий, нацеленных на мотивацию детей к ЗОЖ
25. Механизмы взаимодействия учреждений образования, культуры, спорта и родительской общественности для решения задач по сохранению и укреплению здоровья детей. Организация и координация образовательным учреждением взаимодействия представителей социума, направленного на воспитание здорового подрастающего поколения
26. Профилактика табакокурения. Способы информирования о тяжелых последствиях курения для здоровья. Приемы вовлечения в активную борьбу с курением, помощь и реабилитацию курильщиков
27. Профилактика алкоголизма. Способы информирования о тяжелых последствиях алкоголизма для здоровья. Приемы вовлечения в активную борьбу с алкоголизмом, помощь и реабилитацию попавших в зависимость
28. Профилактика нарко- и токсикоманий. Способы информирования о тяжелых последствиях нарко- и токсикоманий для здоровья. Приемы вовлечения в активную борьбу с нарко- и токсикоманиями, помощь и реабилитацию попавших в зависимость
29. Профилактика игромании и Интернет зависимости. Способы информирования о тяжелых последствиях игромании и Интернет-зависимости для здоровья и социализации. Приемы вовлечения в активную борьбу с игроманией и Интернет-зависимостью, помощь и реабилитацию попавших в зависимость
30. Методы работы с семьей. Валеологическое просвещение родителей.

Содержание текущего контроля ТК-1.

В чем заключается суть целостной модели здоровья человека?

Охарактеризуйте уровни индивидуального здоровья.

В чем заключается количественный подход к определению здоровья?

Что такое гомеостаз? Какова его роль в здоровье человека? За счет каких биологических качеств обеспечивается основное свойство гомеостаза?

Вопросы для обсуждения:

- Что такое индивидуальная норма здоровья и каковы ее составляющие?
- Назовите факторы, влияющие на здоровье. Объясните роль различных факторов в укреплении здоровья.
- Раскройте взаимосвязь состояний здоровья, предболезни, болезни.
- Назовите три уровня профилактики болезней. Каковы цели и задачи профилактики каждого уровня?

Содержание текущего контроля ТК-2.

Что такое клинические основы специальной педагогики? С какими предметными отраслями медицины, биологии связана специальная педагогика?

Для чего необходимы знания клинических основ специальной педагогики?

Каковы важнейшие показатели развития организма ребенка, значимые для выявления отклонений в развитии?

Что такое медицинская абилитация? Медицинская реабилитация?

Каково содержание (по этапам) медицинских реабилитационных программ?

Вопросы для обсуждения:

- Какие важнейшие правовые документы, отечественные и международные, которых закреплены права лиц с ограниченными возможностями жизнедеятельности (инвалидов), вы можете назвать?

-Какие основные права и свободы закреплены в международных правовых документах, адресованных инвалидам и умственно отсталым лицам?

- Какие права и гарантии дает Закон «О социальной защите инвалидов»?

- Какие права и гарантии дает Закон «Об образовании» для детей с отклонениями в развитии?

Содержание текущего контроля ТК-3:

Как можно назвать основные периоды изменения отношения общества и государства к детям с нарушениями в развитии?

Каковы хронологические этапы этой эволюции в Западной Европе и в России?

Как возникновение деятельного милосердия связано с общей социокультурной ситуацией? Могло ли оно возникнуть в античном государстве? В дохристианскую эпоху?

Вопросы для обсуждения:

-Существует ли связь между наличием в стране законодательства об обязательном школьном образовании и развитием сети специальных школ для аномальных детей?

-Под влиянием каких социокультурных факторов происходят переход от единичных специальных образовательных учреждений для аномальных детей к формированию -

Национальных систем специального образования на территории Западной Европы?

Содержание текущего контроля ТК-4

В чем заключается уникальность ситуации становления специального образования в нашей стране?

К каким позитивным и негативным последствиям привела ориентация отечественной системы обучения аномальных детей на цензовое образование?

Справедливо ли утверждение о том, что в конце XX в. Западная Европа и Россия переживают разные периоды эволюции

отношения к детям с нарушениями в развитии и соответственно находятся на разных этапах развития систем специального образования?

Вопросы для обсуждения:

-Можно ли считать терминологию, используемую государством и обществом для обозначения детей с нарушениями в развитии, одним из показателей периода эволюции отношения к этим детям?

-Приведите аргументы из новейшей истории специального образования.

-В чем сложность перехода отечественной системы специального образования на качественно новый этап своего развития?

Вопросы промежуточного контроля ПК1.

1. Дайте определение «здоровье» в уставе Всемирной организации здравоохранения:

- а) Состояние полного физического, душевного и социального благополучия.
- б) Способность организма к выполнению профессиональных функций.
- в) Отсутствие болезни.

2. С какой целью планируют режим дня:

- а) с целью поддержания высокого уровня работоспособности организма
- б) с целью четкой организации текущих дел, их выполнение в установленные сроки
- в) с целью высвобождения времени на отдых и снятие нервных напряжений

3. Что такое закаливание:

- а) переохлаждение или перегрев организма
- б) выполнение утренней гигиенической гимнастики
- в) повышенная устойчивость организма к неблагоприятным внешним воздействиям

4. Утренняя гимнастика – это:

- а) важный элемент двигательного режима, где сосредоточен комплекс физических упражнений

б) один из методов похудения

в) метод быстрого просыпания

5. Сколько времени в день можно смотреть телевизор, школьнику:

- а) 5 часов
- б) 6 часов
- в) 1 час

6. Главная опора человека при движении:

- а) внутренние органы
- б) скелет
- в) мышцы

7. Наиболее важным слагаемым здорового образа жизни является:

- а) рациональное питание
- б) личная и общественная гигиена
- в) двигательный режим

8. Что не относится к здоровому образу жизни:

- а) продолжительный отдых
- б) правильное питание
- в) физические нагрузки

9. Какой фактор не оказывает влияние на здоровье человека:

- а) наследственность
- б) экологическая обстановка
- в) уровень развития науки

10. Какие продукты не должны присутствовать в рационе здорового человека:

- а) кисломолочные продукты
- б) фаст фуд
- в) овощи и фрукты

11. Что должен сделать человек, хорошенько потрудившись:

- а) отдохнуть
- б) заняться домашними делами
- в) выполнить комплекс упражнений

12. Что не относится к вредным привычкам:

- а) курение
- б) просмотр мультфильмов
- в) алкоголь

13. Выбери, что не относится к алкоголю:

- а) лимонад
- б) вино
- в) пиво

14. Найди неверное высказывание:

- а) надо сочетать труд и отдых
- б) надо чистить обувь и одежду
- в) малоподвижный образ жизни полезен

15. Подумай, к чему приводят вредные привычки:

- а) к замедлению роста организма
- б) к уважению окружающих
- в) к интересному проведению времени

Вопросы промежуточного контроля ПК2.

1. Здоровый образ жизни – это:

- а) лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий
- б) индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- в) перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья

2. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывает:

- а) цианистый водород
- б) эфирные масла
- в) радиоактивные вещества

3. Что такое режим дня:

- а) порядок выполнения повседневных дел
- б) установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых
- в) перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения

4. Что такое рациональное питание:

- а) питание, распределенное по времени принятия пищи
- б) питание набором определенных продуктов
- в) питание с учетом потребностей организма

5. Назовите питательные вещества имеющие энергетическую ценность:

- а) вода, белки, жиры и углеводы
- б) белки, жиры, углеводы
- в) белки, жиры, углеводы, минеральные соли

6. Что такое витамины:

- а) Органические химические соединения, необходимые для синтеза белков-ферментов.
- б) Органические химические соединения, являющиеся ферментами.
- в) Неорганические химические соединения, необходимые для работы организма.

7. Что такое двигательная активность:

- а) занятие физической культурой и спортом
- б) любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие

в) выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности

8. Что такое личная гигиена:

- а) перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний
- б) выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний
- в) совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья

9. Основные двигательные качества:

- а) умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения
- б) гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества
- в) состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений

10. Одним из важнейших направлений профилактики, является:

- а) охрана окружающей среды
- б) экологическая безопасность
- в) ЗОЖ

11. ЗОЖ включает:

- а) охрану окружающей среды
- б) улучшение условий труда
- в) оба варианта верны
- г) нет верного ответа

12. Принципы способствующие сохранению и укреплению здоровья:

- а) научность
- б) объективность
- в) оба варианта верны
- г) нет верного ответа

13. Устным методом пропаганды ЗОЖ является:

- а) повседневное общение с окружающими
- б) аудиозаписи
- в) лекция

14. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на индивидуальное здоровье человека:

- а) индивидуальный образ жизни
- б) служба здоровья

- в) окружающая среда  
 15. Для развития мышечной выносливости следует выполнять:  
 а) упражнения на тренажерах  
 б) упражнения с преодолением веса собственного тела  
 в) упражнения на растягивание мышц

### 6.2. Темы письменных работ

Тематика рефератов.

1. Роль школы в провокации и устранении негативного влияния факторов риска для здоровья ребенка
2. Система диагностических и профилактических мероприятий оздоровительной направленности
3. Нормативно-методическое сопровождение педагогики здоровья
4. Профилактика детского утомления и переутомления
5. Понятие о режиме дня детей и подростков.
6. Приемы релаксации и мобилизации для использования в организации учебной деятельности
7. Рациональная организация учебного труда и отдыха
8. Специфика формирования валеологических знаний и навыков
9. Слагаемые валеологической культуры педагога.
10. Профессионально обусловленные психосоматические деформации.
11. Эмоциональное выгорание как проблема здоровья педагогов
12. Способы обеспечения психологической безопасности детей в образовательном учреждении
13. Способы организации двигательной активности детей в течение учебного дня.
14. Условия для реализации двигательной активности детей и подростков.
15. Реформирование системы школьного питания в России
16. Мероприятия по профилактике неправильного и недостаточного питания детей и подростков
17. Вредные привычки.
18. Организация и координация образовательным учреждением взаимодействия представителей социума, направленного на воспитание здорового подрастающего поколения
19. Валеологическое просвещение родителей
20. Профилактика социальных девиаций

### 6.3. Процедура оценивания

1. Положение о текущей аттестации знаний обучающихся в НИМИ ДГАУ (введ. в действие приказом директора №119 от 14 июля 2015г.).
2. Положение о промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования (введ. приказом директора №79 от 30 апреля 2015г.).
3. Положение о фонде оценочных средств (Новочеркасск, 2016).

### 6.4. Перечень видов оценочных средств

1. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ:

- тесты или билеты для проведения промежуточного контроля (ПК). Хранятся в бумажном виде на соответствующей кафедре;
- разделы индивидуальных заданий (письменных работ) обучающихся;
- доклад, сообщение по теме практического занятия;
- задачи и задания.

2. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ:

- комплект билетов для экзамена/зачета. Хранится в бумажном виде на соответствующей кафедре. Подлежит ежегодному обновлению и перепроверке. Число вариантов билетов в комплекте не менее числа студентов на экзамене/зачете.

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 7.1. Рекомендуемая литература

#### 7.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Громкова М. Т.	Педагогика высшей школы: учебное пособие	Москва: Юнити-Дана, 2017, <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=684689">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=684689</a>
Л1.2	Цибулькинова В. Е., Леванова Е. А.	Педагогические технологии : здоровьесберегающие технологии в общем образовании: учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов	Москва: МПГУ, 2017, <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=471794">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=471794</a>
Л1.3	Ланда Б. Х.	Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений : обучающие методика и технология: учебное пособие	Казань: Познание, 2014, <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364174">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364174</a>
Л1.4	Шварева О. В.	Современные педагогические технологии: кейс-метод: учебно-методическое пособие	Томск: ТПУ, 2019, <a href="https://e.lanbook.com/book/157368">https://e.lanbook.com/book/157368</a>

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.5	Цепляева С. А.	Общая и профессиональная педагогика: Учебно-методическое пособие по направлению подготовки 44.03.04 «Профессиональное обучение» для бакалавров очной формы обучения	Волгоград: Волгоградский ГАУ, 2017, <a href="https://e.lanbook.com/book/107834">https://e.lanbook.com/book/107834</a>
<b>7.1.2. Дополнительная литература</b>			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Харченко Л. Н.	Практико-ориентированные педагогические технологии: презентация	Москва: Директ-Медиа, 2014, <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=240806">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=240806</a>
Л2.2	Минин А. Я.	Информационные технологии в образовании: учебное пособие	Москва: МПГУ, 2016, <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=471000">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=471000</a>
<b>7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"</b>			
7.2.1	Официальный сайт НИМИ с доступом в электронную библиотеку	<a href="http://www.ngma.su">www.ngma.su</a>	
7.2.2	Российская государственная библиотека (фонд электронных документов)	<a href="https://www.rsl.ru">https://www.rsl.ru</a>	
7.2.3	Электронная библиотека "научное наследие России"	<a href="http://e-heritage.ru/index.html">http://e-heritage.ru/index.html</a>	
7.2.4	Электронная библиотека учебников	<a href="http://studentam.net/">http://studentam.net/</a>	
<b>7.3 Перечень программного обеспечения</b>			
7.3.1	7-Zip		
7.3.2	Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат. ВУЗ» (интернет-версия); Модуль «Программный комплекс поиска текстовых заимствований в открытых источниках сети интернет»	Лицензионный договор № 8047 от 30.01.2024 г. АО «Антиплагиат»	
7.3.3	MS Windows XP,7,8, 8.1, 10;	Сублицензионный договор №502 от 03.12.2020 г. АО «СофтЛайн Трейд»	
7.3.4	Microsoft Teams	Предоставляется бесплатно	
<b>7.4 Перечень информационных справочных систем</b>			
7.4.1	Базы данных ООО Научная электронная библиотека	<a href="http://elibrary.ru/">http://elibrary.ru/</a>	
<b>8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>			
8.1	210	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран - 1 шт., проектор - 1 шт., нетбук - 1 шт.; Учебно-наглядные пособия; Доска ? 1 шт.; Рабочие места студентов; Рабочее место преподавателя.	
8.2	П17	Помещение укомплектовано специализированной мебелью и оснащено компьютерами, объединёнными в локальную сеть с доступом в сеть «Интернет» и электронную информационно-образовательную среду НИМИ Донской ГАУ: Системный блок– 12 шт.; Монитор ЖК – 12 шт.; Рабочие места студентов; Рабочее место преподавателя.	
8.3	П19	Специальное помещение – серверная а.П19: центральный сервер, коммутаторы, маршрутизаторы, серверное оборудование для подключения к сети Интернет аудиторий, комплект мебели. Комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства.	
<b>9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>			