

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ИНКЛЮЗИВНОГО ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО ЭКОНОМИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»

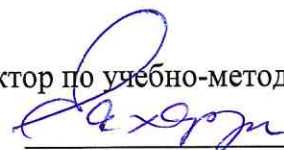
---

КАФЕДРА педагогики и психологии

---

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-методической работе

  
Е.С. Сахарчук

«27» апреля 2022 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Б1.О.24 Технологии здоровьесбережения в образовании

наименование дисциплины


44.03.02 – Психолого-педагогическое образование

шифр и наименование направления подготовки

Психология и педагогика инклюзивного образования

направленность (профиль)

Москва 2022

Разработчик (и) Казакова Л.П. 

Фонд оценочных средств рассмотрен и одобрен на заседании кафедры педагогике и психологии

(протокол № 9 от « 14 » апреля 2022 г.)

на заседании Учебно-методического совета МГТЭУ

(протокол № 1 от « 27 » апреля 2022 г.)

Согласовано:

Представитель работодателя  
или объединения работодателей

 / Ситкина Е.Ю./

К.пед.н., руководитель СППС, учитель-дефектолог ГБОУ г. Москвы «Школа №480 имени В.В. Талалихина»  
(должность, место работы)

« 14 » апр 2022 г.

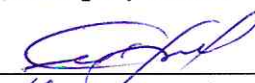
Начальник учебно-методического управления

 И.Г. Дмитриева  
« 27 » апреля 2022 г.

Начальник методического отдела

 Д.Е. Гапеенок  
« 27 » апреля 2022 г.

Декан факультета

 И.Л. Руденко  
« 14 » апреля 2022 г.

## Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств.....
2. Перечень оценочных средств.....
3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций.....
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций.....
5. Материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.....

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине «Технологии здоровьесбережения в образовании»

Оценочные средства составляются в соответствии с рабочей программой дисциплины и представляют собой совокупность контрольно-измерительных материалов (типовые задачи (задания), контрольные работы, тесты и др.), предназначенных для измерения уровня достижения обучающимися установленных результатов обучения.

Оценочные средства используются при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Таблица 1 - Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения дисциплины

<b>Код компетенции</b>	<b>Наименование результата обучения</b>
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
ОПК-2.	Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)
ПК-4.	Способен осуществлять психологическую профилактику и просвещение субъектов образовательного процесса

Конечными результатами освоения дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках контактной работы, включающей различные виды занятий и самостоятельной работы, с применением различных форм и методов обучения.

## 2. ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ<sup>1</sup>

Таблица 2

№	Наименование оценочного средства	Характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
1	Деловая/ ролевая игра	Совместная деятельность группы обучающихся и преподавателя под управлением преподавателя с целью решения учебных и профессионально-ориентированных задач путем игрового моделирования реальной проблемной ситуации. Позволяет оценивать умение анализировать и решать типичные профессиональные задачи.	Тема (проблема), концепция, роли и ожидаемый результат по каждой игре
2	Кейс-задача	Проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы.	Задания для решения кейс-задачи
3	Коллоквиум	Средство контроля усвоения учебного материала темы, раздела или разделов дисциплины, организованное как учебное занятие в виде собеседования преподавателя с обучающимися.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
4	Круглый стол (дискуссия, полемика, диспут, дебаты)	Оценочные средства, позволяющие включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.	Перечень дискуссионных тем для проведения круглого стола (дискуссии, полемики, диспута, дебатов)
5	Портфолио	Целевая подборка работ студента, раскрывающая его индивидуальные образовательные достижения в одной или нескольких учебных дисциплинах.	Структура портфолио

<sup>1</sup> Указываются оценочные средства, применяемые в ходе реализации рабочей программы данной дисциплины.

№	Наименование оценочного средства	Характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
6	Проект	Конечный продукт, получаемый в результате планирования и выполнения комплекса учебных и исследовательских заданий. Позволяет оценить умения обучающихся самостоятельно конструировать свои знания в процессе решения практических задач и проблем, ориентироваться в информационном пространстве и уровень сформированности аналитических, исследовательских навыков, навыков практического и творческого мышления. Может выполняться в индивидуальном порядке или группой обучающихся.	Темы групповых и/или индивидуальных проектов
7	Решение разноуровневых задач (заданий)	Различают задачи и задания: а) репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; б) реконструктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей; в) творческого уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения.	Комплект разноуровневых задач (заданий)
8	Эссе	Средство, позволяющее оценить умение обучающегося письменно излагать суть поставленной проблемы, самостоятельно проводить анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария соответствующей дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.	Темы эссе

9	Тест	Средство, позволяющее оценить уровень знаний обучающегося путем выбора им одного из нескольких вариантов ответов на поставленный вопрос. Возможно использование тестовых вопросов, предусматривающих ввод обучающимся короткого и однозначного ответа на поставленный вопрос.	Тестовые задания
---	------	---	------------------

*Приведенный перечень оценочных средств при необходимости может быть дополнен.*

### 3. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Оценивание результатов обучения по дисциплине Технологии здоровьесбережения в образовании осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль (осуществление контроля всех видов аудиторной и внеаудиторной деятельности обучающегося с целью получения первичной информации о ходе усвоения отдельных элементов содержания дисциплины) и промежуточная аттестация (оценивается уровень и качество подготовки по дисциплине в целом).

Показатели и критерии оценивания компетенций, формируемых в процессе освоения данной дисциплины, описаны в табл. 3.  
Таблица 3.

Код компетенции	Уровень освоения компетенций	Индикаторы достижения компетенций	Формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенций <sup>2</sup>	Контролируемые разделы (этапы) практики <sup>3</sup>	Оценочные средства, используемые для оценки уровня сформированности компетенции <sup>4</sup>	Критерии оценивания результатов обучения
УК-8	Знает					
	Недостаточный уровень	УК-8.3.1. Фрагментарные знания причин, признаков и последствий опасностей, способов защиты от чрезвычайных ситуаций; основ безопасности жизнедеятельности, телефонов служб спасения.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Отсутствие представлений о причинах, признаках и последствиях опасностей, способов защиты от чрезвычайных ситуаций; основах безопасности жизнедеятельности, возможностях взаимодействия со

<sup>2</sup> Формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенций, определяются от простого к сложному с учетом уровней освоения компетенций (базовый, средний, высокий)

<sup>3</sup> Наименование темы (раздела) берется из рабочей программы дисциплины.

<sup>4</sup> Оценочные средства, используемые для оценки уровня сформированности компетенции определяются с учетом уровней освоения компетенций (базовый, средний, высокий). Например, отдельные индивидуальные задания могут быть направлены на формирование соответствующего уровня освоения компетенции (элемента компетенции). В этом случае в таблице указывается номер конкретного индивидуального задания.



						службами спасения.
	Базовый уровень	УК-8.3.2. Общие, но не структурированные знания причин, признаков и последствий опасностей, способов защиты от чрезвычайных ситуаций; основ безопасности жизнедеятельности, телефонов служб спасения.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Имеет лишь фрагментарное представление о причинах, признаках и последствиях опасностей, способов защиты от чрезвычайных ситуаций; основах безопасности жизнедеятельности, возможностях взаимодействия со службами спасения.
	Средний уровень	УК-8.3.3. Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания причин, признаков и последствий опасностей, способов защиты от чрезвычайных ситуаций; основ безопасности жизнедеятельности, телефонов служб спасения.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Имеет недостаточно полное представление о причинах, признаках и последствиях опасностей, способов защиты от чрезвычайных ситуаций; основах безопасности жизнедеятельности, возможностях взаимодействия со службами спасения.
	Высокий уровень	УК-8.3.4. Сформированные систематические знания причин, признаков и последствий опасностей, способов защиты от чрезвычайных ситуаций; основ безопасности жизнедеятельности, телефонов служб спасения.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Имеет сформированные систематические представления о причинах, признаках и последствиях опасностей, способов защиты от чрезвычайных ситуаций; основах безопасности жизнедеятельности, возможностях взаимодействия со

						службами спасения.
Умеет						
Недостаточный уровень	УК-8.У.1. Частично освоенное умение оценивать факторы риска, обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Не умеет оценивать факторы риска, обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.	
Базовый уровень	УК-8.У.2. В целом успешное, но не систематически осуществляемое умение оценивать факторы риска, обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Умеет в целом успешно, но с определенными пробелами, оценивать факторы риска, обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.	
Средний уровень	УК-8.У.3. В целом успешное, но содержащее определенные пробелы осуществляемое умение оценивать факторы риска, обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Умеет применять оценивать факторы риска, обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.	
Высокий уровень	УК-8.У.4. Сформированное умение оценивать факторы риска, обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Умеет точно и эффективно оценивать факторы риска, обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.	
Владеет						

Недостаточный уровень	УК-8.В.1. Фрагментарное владение методами защиты в чрезвычайных ситуациях, навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности; культурой безопасного и ответственного поведения.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Не владеет методами защиты в чрезвычайных ситуациях, навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности; культурой безопасного и ответственного поведения.
Базовый уровень	УК-8.В.2. В целом успешное, но не систематическое владение методами защиты в чрезвычайных ситуациях, навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности; культурой безопасного и ответственного поведения.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Владеет фрагментарно методами защиты в чрезвычайных ситуациях, навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности; культурой безопасного и ответственного поведения.
Средний уровень	УК-8.В.3. В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы владение методами защиты в чрезвычайных ситуациях, навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности; культурой безопасного и ответственного поведения.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Хорошо владеет методами защиты в чрезвычайных ситуациях, навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности; культурой безопасного и ответственного поведения.
Высокий уровень	УК-8.В.4. Успешное и систематическое владение методами защиты в чрезвычайных ситуациях, навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности; культурой безопасного и ответственного поведения.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Уверенно владеет методами защиты в чрезвычайных ситуациях, навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности; культурой безопасного и ответственного поведения.



Код компетенции	Уровень освоения компетенций	Индикаторы достижения компетенций	Вид учебных занятий, работы, формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенций	Контролируемые разделы и темы дисциплины	Оценочные средства, используемые для оценки уровня сформированности компетенции	Критерии оценивания результатов обучения
Знает						
ОПК-2 Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)	Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	Демонстрирует знание компонентов основных и дополнительных образовательных программ	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Не знает компоненты основных и дополнительных образовательных программ
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»		Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Знает компоненты основных и дополнительных образовательных программ, с недостаточным пониманием их функций

Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»		Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Знает компоненты основных и дополнительных образовательных программ, допуская при их характеристике незначительные ошибки
Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»	Знает как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Отлично знает компоненты основных и дополнительных образовательных программ
Умеет					
Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	Участвует в разработке отдельных компонентов основных и дополнительных образовательных программ в реальной и виртуальной образовательной среде	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Не может участвовать в разработке отдельных компонентов основных и дополнительных образовательных программ в реальной и виртуальной образовательной среде
Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»		Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Умеет разрабатывать отдельные компоненты основных и дополнительных

						образовательных программ в реальной и виртуальной образовательной среде, но недостаточно самостоятельно и с ошибками
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»		Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Хорошо умеет разрабатывать отдельные компоненты основных и дополнительных образовательных программ в реальной и виртуальной образовательной среде, допуская при этом отдельные ошибки
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»		Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Отлично умеет разрабатывать отдельные компоненты основных и дополнительных образовательных программ в реальной и виртуальной образовательной среде
Владеет						
	Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	Использует информационно-коммуникационные технологии и электронные образовательные ресурсы при разработке отдельных компонентов основных и дополнительных	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Не владеет навыками использования информационно-коммуникационных технологий и электронных образовательных ресурсов при разработке

		образовательных программ в реальной и виртуальной образовательной среде				отдельных компонентов основных и дополнительных образовательных программ в реальной и виртуальной образовательной среде
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»		Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Владеет на базовом уровне навыками использования информационно-коммуникационных технологий и электронных образовательных ресурсов при разработке отдельных компонентов основных и дополнительных образовательных программ в реальной и виртуальной образовательной среде
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»		Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Хорошо владеет навыками использования информационно-коммуникационных технологий и электронных образовательных ресурсов при разработке отдельных компонентов основных и дополнительных образовательных



						программ в реальной и виртуальной образовательной среде
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»		Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Владеет на высоком уровне навыками использования информационно-коммуникационных технологий и электронных образовательных ресурсов при разработке отдельных компонентов основных и дополнительных образовательных программ в реальной и виртуальной образовательной среде

ПК-4. Способен осуществлять психологическую профилактику и просвещение субъектов образовательного процесса	Знает					
	Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	Знает направления, приемы и методы психологической профилактики и просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Не знает, либо не имеет четкого представления, о направлениях, приемах и методах психологической профилактики и просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»		Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Знает на базовом уровне направления, приемы и методы психологической профилактики и просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»		Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	Знает направления, приемы и методы психологической профилактики и просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся, но допускает

						незначительные ошибки в их характеристике
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»		Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Тестовые задания	На высоком уровне знает направления, приемы и методы психологической профилактики и просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся.
Умеет						
	Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	Умеет реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся	Практические занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Не умеет реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся либо делает это с грубыми ошибками
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»		Практические занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Умеет реализовывать программы повышения психологической

						компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся на базовом уровне
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»		Практические занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Умеет реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся, но при этом допускает незначительные ошибки
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»		Практические занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Умеет на высоком уровне реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с

						различными категориями обучающихся
	Владеет					
Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	Планирует и организует работу по предупреждению возможного неблагоприятного в психическом и личностном развитии обучающихся	Практические занятия, самостоятельная работа, практическая подготовка	Раздел 1-2	Проекты, Дискуссия, Тестовые задания	Не владеет навыками планирования и организации работы по предупреждению возможного неблагоприятного в психическом и личностном развитии обучающихся, либо делает это с грубыми ошибками	
Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»		Практические занятия, самостоятельная работа, практическая подготовка	Раздел 1-2	Проекты, Дискуссия, Тестовые задания	Владеет навыками планирования и организации работы по предупреждению возможного неблагоприятного в психическом и личностном развитии обучающихся, но делает недостаточно самостоятельно и с ошибками	
Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»		Практические занятия, самостоятельная	Раздел 1-2	Проекты, Дискуссия, Тестовые задания	Владеет навыками планирования и организации	

			работа, практическая подготовка			работы по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся, но делает это с незначительными ошибками
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»		Практические занятия, самостоятельная работа, практическая подготовка	Раздел 1-2	Проекты, Дискуссия, Тестовые задания	Владеет на высоком уровне навыками планирования и организации работы по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся

## **4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения**

По видам заданий приводится описание того, каким образом необходимо выполнить данное задание, способы и механизмы его выполнения, выбор номера варианта и др. Примеры методических материалов, определяющих процедуру оценивания результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций:

- Кейсовые технологии как средство формирования компетенций
- Методические указания по разработке оценочных средств
- Разработка и применение деловых игр
- Формирование портфолио обучающегося как современная оценочная технология
- Иные методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения в ходе реализации рабочей программы дисциплины

## **5. Материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации**

### **Оформление вопросов для устного опроса**

по дисциплине «Технологии здоровьесбережения в образовании»

#### **Примерный перечень вопросов для устного опроса**

1. Здоровый образ жизни – фундамент здоровья человека.
2. Социальные аспекты здорового образа жизни.
3. Основные методы пропаганды здорового образа жизни.
4. Классификация подходов к оценке здоровья обучающихся.
5. Научно-технический прогресс и здоровье.
6. Основные группы факторов риска, неблагоприятно влияющие на здоровье населения (человека).
7. Удельный вес групп факторов риска, связанных с образом жизни людей.
8. Элементы здорового образа жизни.
9. Приказы МЗ РФ и Законы РФ, направленные на укрепление здоровья человека.
10. Гигиена умственного труда.
11. Картотека здоровьесберегающих технологий.
12. Формы и методы работы здоровьесбережению.
13. Роль здоровьесберегающих технологий в современном обществе.
14. Развитие здоровьесберегающих технологий как условия безопасного обучения.
15. Условия повышения качества здоровьесберегающих технологий.



## Оформление практических заданий

по дисциплине «Технологии здоровьесбережения в образовании»

### Примерный перечень заданий

#### Практические задачи.

**Задание 1.** Рассмотрите факторы развития состояния клиентки психолога: Анастасия, 33 года, обратилась с жалобой на раздражительность, нарушение сна, «тяжелые» подъемы по утрам. Последние несколько месяцев ее преследует чувство усталости в течение всего дня, постоянные мысли об отдыхе. «Я с нетерпением жду окончания рабочего дня, чтобы поскорее прийти домой и завалиться в кровать», - говорит девушка. Последней каплей, ставшей причиной обращения девушки к психологу, послужили начавшиеся ссоры с близкими, вспышки гнева «по пустякам». Девушка работает продавцом-консультантом в отделе косметики. Рабочая смена длится с 9.00 и до 20:00 часов, график «2 через 2». Часто работает без выходных, так как ее некому заменить. Отдел косметики находится в оживленном торговом центре. «На прежнем месте работы все было по-другому, – жалуется Анастасия, – не больше 10-ти покупателей за день, я даже могла спокойно отлучаться с рабочего места, не опасаясь, что кого-то не обслужу, а здесь – только каждые полчаса по 10-15 человек. И каждому клиенту нужно улыбаться и говорить приветственные слова, ни в коем случае не оставлять его наедине, пока он принимает решение о покупке. Задача продавца – предложить, как можно большее число вариантов, наилучшим образом удовлетворяющих его запросу. Самое неприятное – несмотря на то, что я старалась выглядеть компетентной, далеко не каждый приобретал товар». Впоследствии, резюмируя свое состояние, Анастасия призналась, что работа с людьми с какого-то момента перестала ей нравиться, доставлять былое удовольствие, что, в свою очередь, отразилось на качестве ее выполнения.

Предложите меры по профилактике эмоционального выгорания сотрудника.

**Задание 2.** Посмотрите анимационный фильм «Одинаковый». Рассмотрите состояния героев, факторы их возникновения и меры по преодолению эмоционального выгорания.

**Задание 3.** Работая в малых группах (4 - 5 человек) спроектируйте для «пациента с вредными привычками» программу формирующую здоровьесберегающие патерны поведения опираясь на ценностно-социальную модель здоровья. При составлении программы особое внимание обратите на: - отказ от курения, наркотиков, злоупотребления алкоголем; - повышение физической активности; - повышение частоты медицинских обследований;

- снижение рискованного сексуального поведения; - улучшение психического здоровья; - повышение возможностей саморегуляции; - сбалансированное питание. Подготовьте устную презентацию проекта.

**Задание 4.** Работая в малых группах, разработайте сценарий классного часа для учащихся 5-7 классов по теме «Профилактика курения».

**Задание 5.** Разработайте комплекс физкультминуток для учащихся разных возрастов (1 класс, 5 класс, 10 класс) для организации динамических пауз на уроках.

**Задание 6.** Подготовьте план лекции для родителей учащихся 1 класса на тему «Режим для первоклассника».

**Задание 7.** Составьте аннотированный список литературы для школьников 5-6 классов по теме «Репродуктивное здоровье». Как Вы думаете, нужен ли отдельный список книг для девочек и мальчиков?

**Задание 8.** Порассуждайте о причинах проблем со здоровьем, возникших у героев следующих ситуаций:

А. Молодая женщина в расслабленном состоянии ела на веранде дачи. Вдруг вбежала мерзкая лохматая собака и полакала из стакана. Потом вошел любимый муж и попил из этого стакана. Женщина после случившегося долго не могла есть.

Б. У молодого человека приступ шейного радикулита с поразительной точностью совпал по времени с женитьбой, против его воли, матери, которую он очень любил и был от нее зависим.

В. Молодой человек был призван в армию из неполной семьи. В старшине он встретил не только друга, но и заботливую, снисходительную «маму». За два месяца до окончания срока службы старшину перевели на другое место работы. Оставшись без «мамы», солдат заболел ипохондрией.

## **Вопросы к зачету**

по дисциплине «Технологии здоровьесбережения в образовании»

### **Примерный перечень вопросов**

1. Проблема сохранения здоровья детей и ее научное решение.
2. Характеристика наук и отраслей наук, занимающихся решением проблемы сохранения здоровья детей.
3. Состояние и основные тенденции здоровья детей и подростков.
4. Факторы, влияющие на здоровье детей школьного возраста.
5. Теоретические предпосылки возникновения здоровьесберегающей и лечебной педагогики.
6. Сущность здоровьесберегающей педагогики.
7. Закономерности здоровьесберегающей педагогики.
8. Принципы здоровьесберегающей педагогики.
9. Основные особенности лечебной педагогики.
10. Психологическая работа в системе «лечебной педагогики».
11. Экспертно-функциональный подход к организации здоровьесберегающей педагогической деятельности.
12. Экспертиза программ, технологий, учебного процесса с точки зрения их влияния на здоровье обучающихся.
13. Особенности выбора технологий с учетом комплектования школы.
14. Анализ урока с точки зрения его влияния на здоровье детей.
15. Внедрение здоровьесберегающих технологий в учебный процесс.
16. Комплексная оценка риска заболеваемости школьников.
17. Единые требования к программам «Здоровье», реализуемым в образовательных учреждениях.
18. Компетентность педагогов и готовность к осуществлению здоровьесберегающей деятельности.
19. Механизмы взаимодействия педагогов и других специалистов образовательных учреждений в решении вопросов сохранения и укрепления здоровья детей.

20. Использование средств оптимизации и восстановительных мероприятий в учебном процессе.
21. Мониторинг здоровья обучающихся в образовательном учреждении.
22. Сущность понятия «здоровьесберегающая среда».
23. Критерии эффективности реализации функции по сохранению и укреплению здоровья ОУ и создания здоровьесберегающей среды.
24. Модель создания здоровьесберегающей среды.
25. Совершенствование подготовки специалистов к осуществлению здоровьесберегающей деятельности в образовательном учреждении.
26. Здоровьесберегающие аспекты инклюзивного образования.
27. Организация образовательного процесса в инклюзивной образовательной среде.
28. Инклюзивная практика психолого-педагогического и социального сопровождения обучающихся с ОВЗ в общеобразовательной школе
29. Инклюзивная практика психолого-педагогического и социального сопровождения обучающихся с ОВЗ в учреждении дополнительного образования детей.
30. Социально-педагогические условия формирования доступной среды для инклюзивного образования студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.

### Тестовые задания (по всему курсу)

*Инструкция:* Вам задан вопрос со множественным выбором - обведите правильные варианты ответа.

1. Любое химическое соединение, которое воздействует на функционирование организма и приводит к появлению зависимости от него, — это:

1. Анальгетик;
2. Дистрессор;
3. Стрессор;
4. Наркотик.

2. Метод, в основу которого положены различные приемы реализации обратной связи, позволяющий обучиться сознательному контролю и произвольному воздействию на ряд исходно неощущаемых и несознаваемых процессов в организме, называется:

1. Биологически обратной связью;
2. Йогой;
3. Аутогенной тренировкой;
4. Аутогипнозом.

3. Состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие каких-либо болезней и дефектов — это:

1. Релаксация;
2. Адаптация;
3. Здоровье;
4. Комфортность.

4. Термин, используемый для описания состояния, при котором организм привыкает функционировать под воздействием наркотика — это:

1. Толерантность;
2. Пристрастие;
3. Зависимость;
4. Абстинентность.

5. Возможности психики, связанные с проявлением таких качеств, как память, внимание, мышление и т.д., с волей и мотивацией деятельности человека и определяющие тактику его поведения, особенности психологической и социальной адаптации составляют:

1. Психические резервы;
2. Физиологические резервы;
3. Биохимические резервы;
4. Функциональные резервы.

6. \_\_\_\_\_ — это генетический потенциал организма, продукт наследственности и среды, реализующий наследственный потенциал, определяющий основные законы его индивидуальной жизни

1. Конституция человека;
2. Акцентуация характера;
3. Индивидуальные характеристики;
4. Адаптивность.

7. Составляющие понятия «здоровье» (выделить лишнее):

1. Психическое здоровье;
2. Социальное здоровье;
3. Генетическое здоровье;

4. Физическое здоровье.

8. \_\_\_\_\_ — это способ эмоционально-личностного реагирования на те противоречивые ситуации, которые предстают перед индивидуумом в качестве объективно или субъективно неразрешимых.

1. Стресс;
2. Психологическая защита;
3. Девиантное поведение;
4. Адаптация.

9. Какое понятие определяется следующим образом: «\_\_\_\_\_ это состояние повышенного напряжения организма как защитная реакция на воздействие неблагоприятных факторов (физических, психосоциальных)»?

1. Тонус;
2. Стресс;
3. Дистресс;
4. Саморегуляция.

10. Какое понятие определяется следующим образом: «\_\_\_\_\_ - это реакция организма, возникающая вследствие продолжительного воздействия профессиональных стрессов средней интенсивности. Это процесс постепенной утраты эмоциональной, когнитивной и физической энергии, проявляющийся в симптомах физического утомления и снижения удовлетворения от выполненной работы»?

1. Девиантное поведение;
2. Депрессия;
2. Эмоциональное выгорание;
3. Профессиональная деформация.

