

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Узунов Федор Владимирович

Должность: Ректор

Дата подписания: 20.05.2026 17:18:21

Уникальный программный ключ:

fd935d10451b860e912264c0378f8448452bfdb603f94388008e29877e6b6b5f

**АВТНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ» «УНИВЕРСИТЕТ ЭКОНОМИКИ И
УПРАВЛЕНИЯ»**

**Факультет экономики, управления и юриспруденции
Кафедра социально-гуманитарных дисциплин**



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Здоровьесберегающие технологии в начальной школе

Направление подготовки
44.03.01 Педагогическое образование

Профиль подготовки
Начальное образование

Квалификация
Бакалавр

Для всех
форм обучения

Симферополь 2026

1. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Средства оценивания в ходе текущего контроля:

- устные опросы в ходе семинарских занятий;
- рефераты;
- тестирование;
- задания, выполняемые в ходе семинарского занятия или рекомендуемые для самостоятельной работы.

Компетенция ПК-1 – Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач		
ПК-1.1. Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета).	ПК-1.2. Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.	ПК-1.3. Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.
Компетенция ПК-2 – Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность		
ПК-2.1. Демонстрирует умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации.	ПК-2.2. Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка.	
Компетенция ПК-3 – Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов		
ПК-3.1. Владеет способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.).	ПК-3.2. Использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности.	

Компетенция ПК-4 – Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области		
ПК-4.2. Разрабатывает и реализует индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области.	ПК-4.3. Использует передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности.	
Компетенция ПК-5 – Способен организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том числе дистанционных		
ПК-5.1. Разрабатывает образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями.	ПК-5.3. Разрабатывает план коррекции образовательного процесса в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.	
1.1 № 1–30 1.3 № 1–30	1.2 № 1–20	1.4 № 1–30

1.1 Вопросы к текущему контролю

1. Понятие «здоровье», «здоровый образ жизни», «здоровьесберегающая технология». Цели и задачи здоровьесберегающих технологий.
2. Структура здоровьесберегающей технологии (концептуальная основа, содержательный компонент, процессуальная часть).
3. Классификация здоровьесберегающих технологий по характеру деятельности, субъекту, организационным формам.
4. Принципы здоровьесберегающей педагогики.
5. Возрастные особенности здоровья младших школьников.
6. Факторы, влияющие на здоровье детей (биологические, социальные, психологические, педагогические).
7. Гигиенические требования к организации учебного процесса (урок, режим дня, чередование видов деятельности, освещенность).
8. Признаки утомления и переутомления у младших школьников.
9. Профилактика нарушений зрения, осанки, нервно-психических расстройств в начальной школе.
10. Нормативно-правовая база здоровьесберегающей деятельности (Конституция РФ, ФЗ «Об образовании», СанПиН, ФГОС НОО).
11. Технология оптимизации учебного процесса: дозирование нагрузки, смена видов деятельности, учёт биоритмов.
12. Технология дифференцированного обучения с учётом индивидуальных особенностей здоровья.
13. Технология личностно-ориентированного обучения как фактор сохранения психологического здоровья.
14. Игровые технологии как средство снятия статического напряжения.

15. Роль двигательной активности в сохранении здоровья младших школьников.
16. Технология организации утренней гимнастики, физкультминуток, подвижных перемен.
17. Технология оздоровительной гимнастики (дыхательная, корригирующая, пальчиковая, для глаз).
18. Понятие культуры здоровья. Технология валеологического образования.
19. Формирование знаний о здоровом питании, режиме дня, личной гигиене.
20. Профилактика вредных привычек у младших школьников.
21. Виды физкультминуток (общеразвивающие, корригирующие, релаксационные, для глаз, пальчиковые).
22. Методика составления комплексов упражнений с учётом возраста, этапа урока, содержания учебного материала.
23. Организация динамических пауз на свежем воздухе. Подвижные игры на переменах.
24. Понятие здоровьесберегающей образовательной среды. Компоненты среды (пространственно-предметный, социальный, психолого-педагогический).
25. Требования к учебному кабинету с позиций здоровьесбережения (мебель, освещение, цветовое решение, озеленение).
26. Создание психологического комфорта на уроке: доброжелательная атмосфера, профилактика стрессов.
27. Понятие мониторинга здоровья. Показатели физического, психического, социального здоровья обучающихся.
28. Методы диагностики в здоровьесбережении (наблюдение, анкетирование, анализ заболеваемости, оценка функционального состояния).
29. Критерии эффективности здоровьесберегающей деятельности (динамика заболеваемости, уровень тревожности, учебная мотивация).
30. Формы взаимодействия с семьёй по вопросам здоровьесбережения (родительские собрания, лектории, совместные проекты).

1.2 Темы рефератов

1. История развития здоровьесберегающих технологий в образовании.
2. Классификация здоровьесберегающих технологий: обзор современных подходов.
3. Влияние режима дня на здоровье и успеваемость младшего школьника.
4. Гигиенические требования к организации учебного процесса в начальной школе (анализ СанПиН).
5. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у младших школьников.
6. Профилактика нарушений зрения на уроках и при выполнении домашних заданий.
7. Формирование навыков здорового питания в начальной школе.
8. Роль утренней гимнастики в укреплении здоровья младших школьников.
9. Физкультминутка как элемент здоровьесберегающей технологии на уроке.
10. Организация подвижных перемен в начальной школе.
11. Психологический комфорт на уроке как фактор сохранения психического здоровья.
12. Валеологическое образование младших школьников: содержание и методы.
13. Профилактика вредных привычек: методика работы с младшими школьниками.
14. Проектная деятельность по формированию здорового образа жизни в начальной школе.
15. Мониторинг здоровья обучающихся: методы и показатели.

16. Карта здоровья класса: структура, содержание, использование.
17. Взаимодействие школы и семьи в вопросах здоровьесбережения.
18. Организация Дня здоровья в начальной школе.
19. Использование сказкотерапии и игротерапии для формирования ЗОЖ.
20. Современные информационные технологии в здоровьесберегающем образовании.

1.3 Тестовые задания

1. Здоровьесберегающая технология – это:

- а) система мер, направленная на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса; (*Правильный ответ: а*)
- б) лечение болезней;
- в) проведение уроков физкультуры.

2. Какой принцип здоровьесберегающей педагогики означает учёт возрастных и индивидуальных особенностей?

- а) принцип непрерывности;
- б) принцип индивидуального подхода; (*Правильный ответ: б*)
- в) принцип наглядности.

3. Норма продолжительности урока в 1 классе (в минутах) составляет:

- а) 35 минут; (*Правильный ответ: а*)
- б) 40 минут;
- в) 45 минут.

4. Признаком утомления у младшего школьника является:

- а) повышенная активность;
- б) снижение внимания, частые отвлечения; (*Правильный ответ: б*)
- в) улыбка.

5. Какой документ устанавливает санитарно-эпидемиологические требования к условиям обучения?

- а) ФГОС НОО;
- б) СанПиН; (*Правильный ответ: б*)
- в) Устав школы.

6. Оптимальная смена видов деятельности на уроке (по СанПиН) рекомендуется через каждые:

- а) 5-7 минут; (*Правильный ответ: а*)
- б) 15-20 минут;
- в) 30 минут.

7. Физкультминутка для глаз рекомендуется при работе за компьютером каждые:

- а) 10-15 минут;
- б) 20-25 минут; (*Правильный ответ: б*)
- в) 40 минут.

8. Какая технология предполагает дозирование нагрузки с учётом индивидуальных особенностей здоровья?

- а) технология дифференцированного обучения; (*Правильный ответ: а*)
- б) игровая технология;
- в) проектная технология.

9. Упражнения для профилактики нарушений осанки относятся к:

- а) дыхательной гимнастике;
- б) корригирующей гимнастике; (*Правильный ответ: б*)
- в) пальчиковой гимнастике.

10. Форма взаимодействия с семьёй по вопросам здоровьесбережения, предполагающая совместные спортивные мероприятия, – это:

- а) родительское собрание;

б) индивидуальная консультация;

в) День здоровья с участием родителей. *(Правильный ответ: в)*

11. Вставьте пропущенное слово:

Способность организма противостоять инфекционным заболеваниям называется _____ . *(Правильный ответ: иммунитет)*

12. Вставьте пропущенное слово:

Совокупность мер по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса – это _____ деятельность. *(Правильный ответ: здоровьесберегающая)*

13. Вставьте пропущенное слово:

Кратковременный комплекс физических упражнений на уроке – это _____ . *(Правильный ответ: физкультминутка)*

14. Вставьте пропущенное слово:

Показатель, отражающий динамику заболеваемости в классе, фиксируется в _____ здоровья класса. *(Правильный ответ: карте)*

15. Вставьте пропущенное слово:

Создание доброжелательной атмосферы, учёт эмоционального состояния детей относится к _____ компоненту образовательной среды. *(Правильный ответ: психологическому)*

16. Подберите каждому понятию его определение:

1. Здоровье
 2. Здоровый образ жизни
 3. Здоровьесберегающая технология
 4. Мониторинг здоровья
 - А) Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
 - Б) Состояние полного физического, психического и социального благополучия
 - В) Система мер, включающая диагностику, профилактику и коррекцию здоровья
 - Г) Систематическое отслеживание показателей здоровья обучающихся
- *(Правильный ответ: 1-Б, 2-А, 3-В, 4-Г)**

17. Подберите каждому виду гимнастики её цель:

1. Дыхательная гимнастика
 2. Пальчиковая гимнастика
 3. Гимнастика для глаз
 4. Корректирующая гимнастика
 - А) Развитие мелкой моторики
 - Б) Профилактика нарушений осанки
 - В) Улучшение кровообращения, снятие зрительного утомления
 - Г) насыщение организма кислородом, развитие лёгких
- *(Правильный ответ: 1-Г, 2-А, 3-В, 4-Б)**

18. Подберите каждому методу диагностики его описание:

1. Наблюдение
 2. Анкетирование
 3. Анализ заболеваемости
 4. Оценка функционального состояния
 - А) Заполнение опросников учащимися или родителями
 - Б) Целенаправленное восприятие поведения и состояния детей
 - В) Измерение пульса, частоты дыхания, остроты зрения
 - Г) Изучение справок, листов нетрудоспособности
- *(Правильный ответ: 1-Б, 2-А, 3-Г, 4-В)**

19. Подберите каждому требованию СанПиН его описание:

1. Освещённость рабочего места

2. Посадка учащихся
3. Проветривание
4. Смена видов деятельности
 - А) Не менее 300 люкс
 - Б) Каждые 5-7 минут
 - В) Соответствие роста и мебели
 - Г) Каждую перемену

(Правильный ответ: 1-А, 2-В, 3-Г, 4-Б)

20. Подберите каждой форме работы с родителями её цель:

1. Родительское собрание
2. Индивидуальная консультация
3. Совместный проект
4. Памятка
 - А) Решение конкретных проблем конкретного ребёнка
 - Б) Краткие рекомендации для повседневного использования
 - В) Организация совместной деятельности детей и родителей
 - Г) Общее информирование по вопросам здоровьесбережения

(Правильный ответ: 1-Г, 2-А, 3-В, 4-Б)

21. Расположите этапы утомления в порядке нарастания:

1. Переутомление
 2. Скрытое утомление
 3. Явное утомление
- (Правильный ответ: 2,3,1)*

22. Расположите компоненты здоровьесберегающей технологии в логической последовательности:

1. Процессуальная часть (методы, приёмы)
 2. Концептуальная основа (цели, принципы)
 3. Содержательный компонент (темы, задания)
- (Правильный ответ: 2,3,1)*

23. Расположите виды физкультминуток по частоте применения на уроке (от наиболее частых):

1. Общеразвивающие
 2. Для глаз
 3. Пальчиковые
 4. Релаксационные
- (Правильный ответ: 1,3,2,4)*

24. Расположите этапы организации динамической паузы:

1. Проведение упражнений
 2. Инструктаж по технике безопасности
 3. Построение, объяснение цели
 4. Подведение итогов
- (Правильный ответ: 3,2,1,4)*

25. Расположите факторы риска для здоровья школьников по степени значимости (от наиболее влияющего):

1. Образ жизни
 2. Экология
 3. Наследственность
 4. Школьная среда
- (Правильный ответ: 1,4,2,3)*

26. Расположите уровни профилактики нарушений здоровья:

1. Третичная (реабилитация)
2. Первичная (предупреждение)

3. Вторичная (раннее выявление)

(Правильный ответ: 2,3,1)

27. Расположите компоненты здорового образа жизни в порядке формирования у младших школьников (от простого к сложному):

1. Личная гигиена
2. Режим дня
3. Рациональное питание
4. Физическая активность

(Правильный ответ: 1,2,3,4)

28. Расположите этапы родительского собрания по здоровьесбережению:

1. Основная часть (лекция, практикум)
2. Подготовка (тема, анкетирование)
3. Подведение итогов, раздача памяток
4. Организационный момент, вступительное слово

(Правильный ответ: 2,4,1,3)

29. Расположите методы профилактики нарушений зрения в порядке применения на уроке:

1. Гимнастика для глаз
2. Контроль освещённости
3. Соблюдение расстояния до доски
4. Чередование зрительной нагрузки

(Правильный ответ: 2,3,4,1)

30. Расположите показатели в карте здоровья класса по степени их значимости для педагога:

1. Динамика заболеваемости
2. Группа здоровья
3. Хронические заболевания
4. Физическое развитие

(Правильный ответ: 2,1,3,4)

1.4 Задания

Задание 1. Дайте определение здоровьесберегающей технологии. Назовите не менее трёх её задач в начальной школе.

Задание 2. Перечислите принципы здоровьесберегающей педагогики. Раскройте два принципа на выбор.

Задание 3. Охарактеризуйте возрастные особенности здоровья младших школьников (1-4 классы).

Задание 4. Назовите гигиенические требования к организации учебного процесса. Составьте таблицу «Требования к уроку с позиций здоровьесбережения».

Задание 5. Перечислите признаки утомления у младшего школьника. Что делать учителю при их обнаружении?

Задание 6. Изучите СанПиН 2.4.2.2821-10. Выпишите 5 основных требований к организации образовательного процесса в начальной школе.

Задание 7. Разработайте фрагмент урока русского языка во 2 классе с использованием здоровьесберегающих приёмов (смена видов деятельности, динамическая посадка, физкультминутка).

Задание 8. Составьте комплекс утренней гимнастики для 1 класса (5-6 упражнений) с описанием техники выполнения.

Задание 9. Разработайте сценарий подвижной игры для перемены во 2 классе (цель, правила, организация).

Задание 10. Составьте комплекс пальчиковой гимнастики для урока письма в 1 классе (4-5 упражнений).

Задание 11. Разработайте комплекс гимнастики для глаз (5 упражнений) для использования на уроках во 2-3 классах.

Задание 12. Составьте памятку для учащихся 3 класса «Правила здорового питания» (5-7 пунктов).

Задание 13. Разработайте классный час для 2 класса на тему «Режим дня школьника» (цель, этапы, задания).

Задание 14. Подготовьте сценарий внеурочного мероприятия «Мы за здоровый образ жизни» для 3 класса (конкурсы, игры).

Задание 15. Составьте комплекс физкультминутки для урока математики в 4 классе (направленной на снятие умственного утомления).

Задание 16. Опишите, как организовать динамическую паузу на свежем воздухе для 1 класса (виды деятельности, время, техника безопасности).

Задание 17. Проектируйте здоровьесберегающую среду учебного кабинета: нарисуйте схему расстановки парт, укажите требования к освещению, цветовому решению, озеленению.

Задание 18. Разработайте анкету для родителей «Образ жизни семьи» (5-7 вопросов) для выявления факторов риска.

Задание 19. Разработайте памятку для родителей «Как сохранить зрение ребёнка» (5-7 советов).

Задание 20. Напишите сценарий родительского собрания на тему «Профилактика нарушений осанки у младших школьников» (цель, ход, практические упражнения для родителей).

Задание 21. Предложите тему и этапы проектной деятельности для 4 класса «Здоровая школа» (содержание, продукт).

Задание 22. Опишите методику проведения Дня здоровья в начальной школе (план мероприятий по параллелям).

Задание 23. Какие показатели вы включите в карту здоровья класса? Обоснуйте выбор.

Задание 24. Разработайте диагностическое задание для оценки уровня сформированности знаний о ЗОЖ у учащихся 3 класса (5 вопросов с вариантами ответов).

Задание 25. Проанализируйте свой режим дня как будущего учителя. Предложите 3 способа его оптимизации для сохранения собственного здоровья.

Задание 26. Какие формы взаимодействия с медицинским работником школы вы будете использовать для организации здоровьесберегающей деятельности?

Задание 27. Разработайте рекомендации для учителя по профилактике эмоционального выгорания (5 пунктов).

Задание 28. Напишите эссе на тему «Роль учителя в формировании культуры здоровья младших школьников» (объём 1-2 страницы).

Задание 29. Составьте картотеку релаксационных упражнений для снятия напряжения после контрольной работы (4-5 упражнений).

Задание 30. Разработайте фрагмент урока окружающего мира в 1 классе по теме «Режим дня» с использованием здоровьесберегающих технологий.

2. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Вид контроля	Наименование работы	Наименование оценочных средств	Шкала оценивания
Текущий контроль	Вопросы для обсуждения на занятиях; Устные опросы по ранее изученному материалу; Письменные работы: рефераты, тестовые задания; Практические задания; Рефераты и доклады по темам (вопросам), вынесенным на самостоятельную работу.	Оценка выступлений на практическом (семинарском) занятии, проверка заданий, устный опрос, оценивание докладов, рефератов	отлично хорошо удовлетворительно неудовлетворительно

Критерии оценивания устных ответов обучающихся

Шкала оценивания	Характеристика оценивания
отлично	оценивается ответ, который показывает прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа.
хорошо	оценивается ответ, обнаруживающий прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается одна - две неточности в ответе.
удовлетворительно	оценивается ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой предметной области, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории; слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры; недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько ошибок в содержании ответа.
неудовлетворительно	оценивается ответ, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы; незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов; неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Допускаются серьезные ошибки в содержании ответа.

Критерии оценивания работы обучающихся на семинарских занятиях

Шкала оценивания	Показатели	Критерии
Отлично	1. Полнота выполнения практического и тестового задания (полнота ответа); 2. Своевременность выполнения задания; 3. Последовательность и рациональность выполнения практического задания	Задание решено самостоятельно. При этом составлен правильный алгоритм решения задания, в логических рассуждениях, в выборе формул и решении нет ошибок, получен верный ответ, задание решено рациональным способом. Дан правильный и исчерпывающий ответ на поставленные теоретические и тестовые вопросы, в которых обучающийся показал всестороннее системное знание программного материала, усвоение основной и дополнительной литературы, четкое владение понятийным аппаратом.
Хорошо	4. Правильность ответов на вопросы; 5. Самостоятельность решения (владение дополнительным материалом); 6. Знание нормативно-законодательной базы и терминологии курса	Задание решено с помощью преподавателя. При этом составлен правильный алгоритм решения задания, в логическом рассуждении и решении нет существенных ошибок; правильно сделан выбор формул для решения; есть объяснение решения, но задание решено нерациональным способом или допущено не более двух несущественных ошибок, получен верный ответ. На поставленные теоретические и тестовые вопросы, при которых обучающийся показал достаточный уровень знаний основного программного материала: освоение информации лекционного курса и учебных пособий, овладение понятийным аппаратом, методикой исследований при попытке анализа различных ситуаций.
Удовлетворительно		Задание решено с подсказками преподавателя. Задание решено в общем виде. Обучающийся показал средний уровень знаний основного программного материала, но не мог убедительно аргументировать свой ответ, ошибся в использовании понятийного аппарата, показал недостаточные знания литературных источников.
Неудовлетворительно		Задание не решено. Обучающийся продемонстрировал значительные пробелы в знаниях основного программного материала, не аргументировал свой ответ, показал неудовлетворительные знания понятийного аппарата и специальной литературы.

Критерии оценивания рефератов

Средство контроля	Критерии оценивания	Шкала оценивания
Реферат	Выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны	отлично

	правильные ответы на дополнительные вопросы. Реферат раскрывает поднятую проблематику в полном объеме.	
	Основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы. В реферате имеются неточности и предметная область выступления раскрыта не в полной мере.	хорошо
	Имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод. В реферате не в полной степени раскрыт понятийный аппарат, имеются существенные неточности в процессе формирования выводов.	удовлетворительно
	Тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы. Тема реферата не раскрыта или выполнена не по существу ранее поставленного вопроса. Реферат не сдан / доклад не сделан.	неудовлетворительно

Критерии оценивания тестов

Средство контроля	Критерии оценивания – процент положительных ответов	Шкала оценивания
Тестирование	90-100 %	отлично
	70-89 %	хорошо
	40-69 %	удовлетворительно
	< 39 %	неудовлетворительно

3. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Средства оценивания в ходе промежуточной аттестации:

- вопросы к зачету;
- практические задания к зачету.

Компетенция ПК-1	Компетенция ПК-2	Компетенция ПК-3	Компетенция ПК-4	Компетенция ПК-5
ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	ПК-2.1, ПК-2.2	ПК-3.1, ПК-3.2	ПК-4.2, ПК-4.3	ПК-5.1, ПК-5.3
3.1 № 1–30	3.1 № 1–30	3.1 № 1–30	3.2 № 1–30	3.2 № 1–30

3.1 Вопросы к зачету

1. Здоровьесберегающие технологии: понятие, сущность, классификация.
2. Принципы здоровьесберегающей педагогики.
3. Возрастные особенности здоровья младших школьников.
4. Факторы, влияющие на здоровье детей.

5. Гигиенические требования к организации учебного процесса (СанПиН).
6. Признаки утомления и переутомления, профилактика.
7. Нормативно-правовая база здоровьесберегающей деятельности.
8. Технология оптимизации учебного процесса (дозирование нагрузки, смена видов деятельности).
9. Технология дифференцированного и личностно-ориентированного обучения с позиций здоровьесбережения.
10. Игровые технологии как средство снятия статического напряжения.
11. Роль двигательной активности в сохранении здоровья.
12. Технологии физического воспитания в начальной школе (утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные перемены).
13. Технология оздоровительной гимнастики (дыхательная, корригирующая, пальчиковая, для глаз).
14. Понятие культуры здоровья. Технология валеологического образования.
15. Формирование знаний о ЗОЖ (питание, режим дня, гигиена, профилактика вредных привычек).
16. Виды физкультминуток, требования к их проведению.
17. Методика составления комплексов физкультминуток с учётом возраста и этапа урока.
18. Организация динамических пауз и подвижных перемен.
19. Понятие здоровьесберегающей образовательной среды, её компоненты.
20. Требования к учебному кабинету (мебель, освещение, цвет, озеленение).
21. Создание психологического комфорта на уроке.
22. Мониторинг здоровья: понятие, показатели, методы.
23. Критерии эффективности здоровьесберегающей деятельности.
24. Карта здоровья класса: структура, использование.
25. Формы взаимодействия с семьёй по вопросам здоровьесбережения.
26. Просвещение родителей: тематика, формы.
27. Совместные проекты школы и семьи по формированию ЗОЖ.
28. Проектная деятельность здоровьесберегающей направленности в начальной школе.
29. Использование сказкотерапии и игротерапии в здоровьесбережении.
30. Роль учителя в сохранении здоровья младших школьников.

3.2. Практические задания к экзамену

1. **Задание «Классификация».** Нарисуйте схему классификации здоровьесберегающих технологий (не менее 3 критериев).
2. **Задание «Гигиена».** Назовите 5 гигиенических требований к организации урока в 1 классе.
3. **Задание «Физкультминутка».** Проведите фрагмент физкультминутки для 2 класса (на 1-2 минуты) – на снятие утомления с кистей рук или глаз.
4. **Задание «Комплекс упражнений».** Составьте и покажите 3 упражнения для профилактики нарушений осанки.
5. **Задание «Подвижная игра».** Предложите подвижную игру для перемены в 1 классе (название, правила, цель).
6. **Задание «Памятка».** Составьте устно памятку для родителей «Режим дня младшего школьника» (5 пунктов).
7. **Задание «Анкета».** Предложите 3 вопроса для анкетирования родителей по выявлению факторов риска для здоровья ребёнка.
8. **Задание «Динамическая пауза».** Опишите, как организовать динамическую паузу на свежем воздухе для 3 класса (15 минут).

9. **Задание «Анализ урока».** Проанализируйте предложенный фрагмент урока (описание) с позиций здоровьесбережения: назовите 3 достоинства и 2 недостатка.
10. **Задание «Сценарий».** Разработайте краткий сценарий классного часа для 2 класса «Витамины и здоровье» (цель, 2 конкурса).
11. **Задание «Гимнастика для глаз».** Покажите 3 упражнения гимнастики для глаз для 1 класса.
12. **Задание «СанПиН».** Назовите 3 требования СанПиН к освещению учебного кабинета.
13. **Задание «Пальчиковая гимнастика».** Проведите пальчиковую гимнастику для подготовки руки к письму (для 1 класса).
14. **Задание «Проект».** Предложите тему и этапы проекта «Здоровое питание» для 3 класса.
15. **Задание «Карта здоровья».** Какие показатели вы включите в карту здоровья класса? Назовите 4-5.
16. **Задание «Родительское собрание».** Сформулируйте 3 темы для родительских собраний по здоровьесбережению.
17. **Задание «Психологический комфорт».** Назовите 3 способа создания доброжелательной атмосферы на уроке.
18. **Задание «Озеленение».** Предложите 2 комнатных растения, полезных для здоровья школьников, и обоснуйте выбор.
19. **Задание «Профилактика».** Опишите 2 упражнения для профилактики плоскостопия.
20. **Задание «Дыхательная гимнастика».** Покажите 2 упражнения дыхательной гимнастики для снятия напряжения.
21. **Задание «Игровая технология».** Приведите пример игры на развитие правильной осанки.
22. **Задание «Мотивация».** Как вы будете мотивировать учеников 4 класса на соблюдение здорового образа жизни? Приведите 2 аргумента.
23. **Задание «Релаксация».** Проведите 1-минутную релаксацию под спокойную музыку (имитация).
24. **Задание «Травматизм».** Назовите 3 правила безопасности при проведении подвижных игр в классе.
25. **Задание «Питание».** Составьте примерное меню завтрака для младшего школьника.
26. **Задание «Диспансеризация».** Какую информацию из медицинских карт вы должны знать и использовать в работе?
27. **Задание «Вредные привычки».** Как провести беседу с 3 классом о вреде курения? Приведите 2 аргумента.
28. **Задание «День здоровья».** Предложите 2 мероприятия для Дня здоровья в 1-4 классах.
29. **Задание «Самоанализ».** Предложите 5 вопросов для самоанализа урока с позиций здоровьесбережения.
30. **Задание «Эссе».** Устно (или кратко письменно) изложите своё понимание фразы: «Здоровье – не всё, но всё без здоровья – ничто».

4. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Шкала оценивания уровня сформированности компетенций – зачет

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Обучающийся демонстрирует достаточный уровень теоретических знаний и практических умений в области здоровьесберегающих технологий. Ответ на теоретический вопрос в основном правильный, содержит необходимые определения, классификацию, ссылки на нормативные документы. Практическое задание (разработка физкультминутки, памятки, сценария и т.п.) выполнено верно, с учётом возрастных особенностей и требований СанПиН. Обучающийся ориентируется в методах мониторинга и организации здоровьесберегающей среды.
не зачтено	Обучающийся демонстрирует отсутствие или фрагментарность знаний основных понятий здоровьесбережения, нормативных требований, классификации технологий. Не может выполнить практическое задание (не умеет составить физкультминутку, не знает гигиенических требований). Отсутствует понимание роли учителя в сохранении здоровья учащихся.

Текущий контроль и промежуточная аттестация осуществляются в соответствии с «Положением о текущей и промежуточной аттестации обучающихся в Автономной некоммерческой организации «Образовательная организация высшего образования» «Университет экономики и управления».

Вид промежуточной аттестации – зачет.

Форма проведения промежуточной аттестации – устный зачет по билетам (теоретический вопрос + практическое задание).