

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Узунов Федор Владимирович

Должность: Ректор

Дата подписания: 20.05.2026 14:44:59

Уникальный программный ключ:

fd935d10451b860e912264c0378f8448452bfdb603f94388008e29877a6bcbf5

**Автономная некоммерческая организация
«Образовательная организация высшего образования»**

«Университет экономики и управления»

Факультет экономики, управления и юриспруденции

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-методической работе

Г.П. Узунова

20.05.2026 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Б1.В.03.ДВ.01.02 ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Направление подготовки
44.03.01 Педагогическая деятельность

Профиль
Начальное образование

Квалификация выпускника: бакалавр

Для всех
форм обучения

Симферополь 2026

Рабочая программа дисциплины Б1.В.03.ДВ.01.02 «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе» для бакалавров направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. Профиль «Начальное образование» составлена на основании ФГОС ВО, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 № 121.

Программу составил старший преподаватель Кудинов А.И.

Рабочая программа дисциплины Б1.В.03.ДВ.01.02 «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе» утверждена на заседании кафедры социально-гуманитарных дисциплин.

Протокол № 6 от 29.01.2026г.

Заведующая кафедрой
(подпись)



Г.П. Узунова

АННОТАЦИЯ

Индекс дисциплины по учебному плану	Наименование дисциплины
Б1.В.03.ДВ.01.02	ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ
Цель изучения дисциплины	Формирование у обучающихся системы теоретических знаний и практических умений в области проектирования и реализации здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе начальной школы, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья младших школьников.
Место дисциплины в структуре ОПОП	Дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, блока 1 «Дисциплины (модули)» (модуль технологический) программы бакалавриата.
Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины	<p>ПК-1 (Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач)</p> <p>ПК-2 (Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность)</p> <p>ПК-3 (Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов)</p> <p>ПК-4 (Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области)</p> <p>ПК-5 (Способен организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том числе дистанционных)</p>
Содержание дисциплины	<p>Раздел 1. Теоретические основы здоровьесберегающих технологий</p> <p>1. Здоровьесберегающие технологии: понятие, сущность, классификация.</p> <p>2. Психолого-педагогические и гигиенические основы здоровьесбережения в начальной школе.</p> <p>3. Нормативно-правовая база здоровьесберегающей деятельности.</p> <p>Раздел 2. Система здоровьесберегающих технологий в начальной школе</p> <p>4. Технологии организации образовательного процесса с учетом здоровьесбережения.</p> <p>5. Технологии физического воспитания и двигательной активности.</p> <p>6. Технологии формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.</p> <p>Раздел 3. Проектирование и реализация здоровьесберегающей деятельности</p> <p>7. Методика проведения физкультурминуток, динамических пауз, подвижных перемен.</p> <p>8. Организация здоровьесберегающей образовательной среды.</p> <p>9. Мониторинг и оценка эффективности здоровьесберегающих</p>

Индекс дисциплины по учебному плану	Наименование дисциплины
	технологий. 10. Взаимодействие с семьей по вопросам здоровьесбережения.
Общая трудоемкость дисциплины	Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часов)
Форма промежуточной аттестации	Зачет (8 семестр – ОФО; 9 семестр – ОЗФО)

Содержание

1. Цель и перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы бакалавриата.....	6
2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата.....	8
3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.....	9
4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	10
5. Контроль качества освоения дисциплины.....	17
6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.....	17
7. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.....	18
8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	18
9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).....	19
10. Описание материально-технического обеспечения, необходимого для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	19

1. Цель и перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы бакалавриата

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся системы теоретических знаний и практических умений в области проектирования и реализации здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе начальной школы, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья младших школьников.

Задачи дисциплины:

- изучить теоретические основы здоровьесберегающих технологий, их классификацию и принципы;
- раскрыть психолого-педагогические и гигиенические аспекты здоровьесбережения в начальной школе;
- освоить нормативно-правовую базу здоровьесберегающей деятельности;
- сформировать представления о технологиях организации образовательного процесса с учетом здоровьесбережения;
- изучить технологии физического воспитания и формирования культуры здоровья;
- освоить методику проведения физкультминуток, динамических пауз, подвижных перемен;
- развить навыки проектирования здоровьесберегающей образовательной среды;
- сформировать умения мониторинга и оценки эффективности здоровьесберегающих технологий;
- освоить способы взаимодействия с семьей по вопросам здоровьесбережения.

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Коды компетенции	Результаты освоения ОПОП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ПК-1	Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	<p>ПК-1.1 Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета).</p> <p>ПК-1.2 Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС НОО.</p> <p>ПК-1.3 Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.</p> <p><i>В результате освоения дисциплины студент должен:</i></p> <p>Знать: классификацию здоровьесберегающих технологий, методы их реализации на уроках.</p> <p>Уметь: отбирать и применять здоровьесберегающие технологии на различных этапах урока.</p> <p>Владеть: способами интеграции здоровьесбережения в предметное обучение.</p>
ПК-2	Способен	ПК-2.1 Демонстрирует умение постановки

Коды компетенции	Результаты освоения ОПОП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
	осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	<p>воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации.</p> <p>ПК-2.2 Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка.</p> <p><i>В результате освоения дисциплины студент должен:</i></p> <p>Знать: воспитательные возможности здоровьесберегающих технологий.</p> <p>Уметь: использовать формы внеурочной деятельности для формирования здорового образа жизни.</p> <p>Владеть: приемами воспитания ценностного отношения к здоровью.</p>
ПК-3	Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов	<p>ПК-3.1 Владеет способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности.</p> <p>ПК-3.2 Использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности.</p> <p><i>В результате освоения дисциплины студент должен:</i></p> <p>Знать: принципы проектирования здоровьесберегающей образовательной среды.</p> <p>Уметь: создавать условия, способствующие сохранению здоровья обучающихся.</p> <p>Владеть: способами организации развивающей среды с учетом здоровьесбережения.</p>
ПК-4	Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области	<p>ПК-4.2 Разрабатывает и реализует индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области.</p> <p>ПК-4.3 Использует передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности.</p> <p><i>В результате освоения дисциплины студент должен:</i></p> <p>Знать: методы организации проектной деятельности по формированию здорового образа жизни.</p> <p>Уметь: разрабатывать и реализовывать проекты здоровьесберегающей направленности.</p> <p>Владеть: способами организации индивидуальной и групповой проектной деятельности.</p>
ПК-5	Способен организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том	<p>ПК-5.1 Разрабатывает образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями.</p> <p>ПК-5.3 Разрабатывает план коррекции образовательного процесса в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.</p>

Коды компетенции	Результаты освоения ОПОП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
	числе дистанционных	<p><i>В результате освоения дисциплины студент должен:</i></p> <p>Знать: современные здоровьесберегающие технологии, методы мониторинга здоровья.</p> <p>Уметь: организовывать образовательный процесс с применением здоровьесберегающих технологий, в том числе в дистанционной форме.</p> <p>Владеть: навыками диагностики и коррекции образовательного процесса с позиций здоровьесбережения.</p>

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Дисциплина Б1.В.03.ДВ.01.02 «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, блока 1 «Дисциплины (модули)» (модуль технологический) учебного плана ОПОП бакалавриата по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическая деятельность, профиль «Начальное образование». Дисциплина изучается в 8 семестре (очная форма) и в 9 семестре (очно-заочная форма).

При изучении данной дисциплины обучающийся использует знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения предшествующих дисциплин: «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», «Основы медицинских знаний», «Педагогика», «Психология», «Методика обучения и воспитания в начальной школе». Освоение дисциплины является необходимой основой для последующего прохождения педагогических практик и подготовки к итоговой государственной аттестации.

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

3.1. Объем дисциплины по видам учебных занятий (в часах)

Для очной формы обучения

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 3 зачетные единицы (з. е.), 108 академических часов.

Объем дисциплины	Всего часов
Общая трудоемкость дисциплины	108
Контактная работа	54
Аудиторная работа (всего):	54
Лекции	18
Практические занятия / Семинары	36

Объём дисциплины	Всего часов
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	54
Промежуточная аттестация (зачет)	0

Объём дисциплины по видам учебных занятий (в часах) для ОЗФО

Объём дисциплины	Всего часов
Общая трудоемкость дисциплины	108
Контактная работа	36
Аудиторная работа (всего):	36
Лекции	12
Практические занятия / Семинары	24
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	72
Промежуточная аттестация (зачет)	0

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

4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

№ темы	Наименование темы	Всего	Контактная работа		СР
			Лекции	Практ.	
Раздел 1. Теоретические основы здоровьесберегающих технологий					
1.	Здоровьесберегающие технологии: понятие, сущность, классификация.	8	2	2	4
2.	Психолого-педагогические и гигиенические основы здоровьесбережения в начальной школе.	8	2	2	4
3.	Нормативно-правовая база здоровьесберегающей	8	2	2	4

№ темы	Наименование темы	Всего	Контактная работа		СР
	деятельности.				
Раздел 2. Система здоровьесберегающих технологий в начальной школе					
4.	Технологии организации образовательного процесса с учетом здоровьесбережения.	12	2	4	6
5.	Технологии физического воспитания и двигательной активности.	12	2	4	6
6.	Технологии формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.	12	2	4	6
Раздел 3. Проектирование и реализация здоровьесберегающей деятельности					
7.	Методика проведения физкультминуток, динамических пауз, подвижных перемен.	12	2	4	6
8.	Организация здоровьесберегающей образовательной среды.	12	2	4	6
9.	Мониторинг и оценка эффективности здоровьесберегающих технологий.	12	2	4	6
10.	Взаимодействие с семьей по вопросам здоровьесбережения.	12	0	6	6
	Всего по дисциплине	108	18	36	54

Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) для ОЗФО

№ темы	Наименование темы	Всего	Контактная работа	СР
--------	-------------------	-------	-------------------	----

№ темы	Наименование темы	Всего	Контактная работа		СР
			Лекции	Практ.	
Раздел 1. Теоретические основы здоровьесберегающих технологий					
1.	Здоровьесберегающие технологии: понятие, сущность, классификация.	8	1	2	5
2.	Психолого-педагогические и гигиенические основы здоровьесбережения в начальной школе.	8	1	2	5
3.	Нормативно-правовая база здоровьесберегающей деятельности.	8	1	2	5
Раздел 2. Система здоровьесберегающих технологий в начальной школе					
4.	Технологии организации образовательного процесса с учетом здоровьесбережения.	12	1	3	8
5.	Технологии физического воспитания и двигательной активности.	12	1	3	8
6.	Технологии формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.	12	1	3	8
Раздел 3. Проектирование и реализация здоровьесберегающей деятельности					
7.	Методика проведения физкультминуток, динамических пауз, подвижных перемен.	12	1	3	8
8.	Организация здоровьесберегающей образовательной среды.	12	1	3	8
9.	Мониторинг и оценка эффективности здоровьесберегающих технологий.	12	1	3	8
10.	Взаимодействие с семьей по вопросам здоровьесбережения.	12	0	0	12
	Всего по дисциплине	108	12	24	72

4.2. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

РАЗДЕЛ 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Тема 1. Здоровьесберегающие технологии: понятие, сущность, классификация.

Понятие «здоровье», «здоровый образ жизни», «здоровьесберегающая технология». Цели и задачи здоровьесберегающих технологий в образовании. Структура

здоровьесберегающей технологии: концептуальная основа, содержательный компонент, процессуальная часть. Классификация здоровьесберегающих технологий: по характеру деятельности (профилактические, оздоровительные, коррекционные), по субъекту деятельности (технологии для учителя, для обучающихся), по организационным формам (урочные, внеурочные). Принципы здоровьесберегающей педагогики.

Тема 2. Психолого-педагогические и гигиенические основы здоровьесбережения в начальной школе.

Возрастные особенности здоровья младших школьников. Факторы, влияющие на здоровье детей: биологические, социальные, психологические, педагогические. Гигиенические требования к организации учебного процесса: продолжительность урока, режим дня, чередование видов деятельности, освещенность, воздушно-тепловой режим. Психофизиологические особенности восприятия учебной нагрузки. Признаки утомления и переутомления. Профилактика нарушений зрения, осанки, нервно-психических расстройств.

Тема 3. Нормативно-правовая база здоровьесберегающей деятельности.

Конституция РФ о праве на охрану здоровья. Федеральный закон «Об образовании в РФ» (разделы об охране здоровья обучающихся). Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения». СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях». ФГОС НОО о формировании культуры здорового и безопасного образа жизни. Локальные акты образовательной организации (программа «Здоровье», паспорт здоровья). Ответственность педагога за жизнь и здоровье детей.

РАЗДЕЛ 2. СИСТЕМА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Тема 4. Технологии организации образовательного процесса с учетом здоровьесбережения.

Технология оптимизации учебного процесса: дозирование нагрузки, смена видов деятельности, учет биоритмов. Технология дифференцированного обучения с учетом индивидуальных особенностей здоровья. Технология личностно-ориентированного обучения как фактор сохранения психологического здоровья. Технология развивающего обучения и ее влияние на здоровье. Игровые технологии как средство снятия статического напряжения. Технология проектной деятельности в контексте здоровьесбережения.

Тема 5. Технологии физического воспитания и двигательной активности.

Роль двигательной активности в сохранении здоровья младших школьников. Гигиенические основы физического воспитания. Технология организации утренней гимнастики, физкультминуток, подвижных перемен. Методика проведения динамических пауз на уроках. Организация занятий физической культурой с учетом группы здоровья. Технология оздоровительной гимнастики (дыхательная, корригирующая, пальчиковая, для глаз). Спортивно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня.

Тема 6. Технологии формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.

Понятие культуры здоровья. Технология валеологического образования: цели, содержание, методы. Формирование знаний о здоровом питании, режиме дня, личной гигиене. Профилактика вредных привычек. Технология воспитания ценностного отношения к здоровью через уроки окружающего мира, классные часы, внеурочные занятия. Использование сказкотерапии, игр, тренингов для формирования навыков здорового образа жизни. Роль примера педагога.

РАЗДЕЛ 3. ПРОЕКТИРОВАНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тема 7. Методика проведения физкультминуток, динамических пауз, подвижных перемен.

Виды физкультминуток: общеразвивающие, корригирующие, релаксационные, для глаз, пальчиковые. Требования к содержанию и времени проведения. Методика составления комплексов упражнений с учетом возраста, этапа урока, содержания учебного материала. Организация динамических пауз на свежем воздухе. Проведение подвижных игр на переменах. Учет противопоказаний и индивидуальных особенностей.

Тема 8. Организация здоровьесберегающей образовательной среды.

Понятие здоровьесберегающей образовательной среды. Компоненты среды: пространственно-предметный, социальный, психолого-педагогический. Требования к учебному кабинету: мебель, освещение, цветовое решение, озеленение. Организация зон отдыха, рекреаций. Создание психологического комфорта на уроке: доброжелательная атмосфера, учет эмоционального состояния детей, профилактика стрессов. Взаимодействие с медицинскими работниками, психологом.

Тема 9. Мониторинг и оценка эффективности здоровьесберегающих технологий.

Понятие мониторинга здоровья. Показатели физического, психического, социального здоровья обучающихся. Методы диагностики: наблюдение, анкетирование, анализ заболеваемости, оценка функционального состояния. Критерии эффективности здоровьесберегающей деятельности: динамика заболеваемости, уровень тревожности, учебная мотивация, удовлетворенность образовательным процессом. Оформление карты здоровья класса. Анализ результатов и коррекция образовательного процесса.

Тема 10. Взаимодействие с семьей по вопросам здоровьесбережения.

Роль семьи в сохранении здоровья ребенка. Формы взаимодействия: родительские собрания, лектории, индивидуальные консультации, совместные мероприятия. Просвещение родителей по вопросам режима дня, питания, двигательной активности, психогигиены. Совместные проекты «Здоровая семья», «Мы за здоровый образ жизни». Организация дней здоровья с участием родителей. Использование современных средств коммуникации для информирования.

4.3. Содержание практических занятий (очная форма обучения)

Для ОФО

№ темы	Наименование практического занятия	Содержание практического занятия	Кол-во часов
1	Здоровьесберегающие технологии: классификация	Составление таблицы классификации здоровьесберегающих технологий. Анализ примеров применения.	2
2	Психолого-педагогические основы	Решение ситуационных задач по выявлению признаков утомления, переутомления. Разработка рекомендаций.	2
3	Нормативно-правовая база	Изучение СанПиН, ФГОС НОО. Анализ локальных актов образовательной организации.	2
4	Технологии организации образовательного процесса	Разработка фрагмента урока с использованием здоровьесберегающих приемов (смена видов деятельности, динамическая посадка и др.).	4
5	Технологии физического воспитания	Составление комплекса утренней гимнастики. Разработка сценария подвижной игры на перемене.	4
6	Формирование культуры здоровья	Разработка классного часа или внеурочного занятия по формированию ЗОЖ.	4
7	Физкультминутки, динамические паузы	Составление и проведение фрагментов физкультминуток разных видов (для глаз, пальчиковая, корригирующая).	4
8	Здоровьесберегающая среда	Проектирование здоровьесберегающей среды учебного кабинета (схема, требования, зонирование).	4
9	Мониторинг здоровья	Разработка диагностических заданий для оценки уровня сформированности ЗОЖ. Анализ анкет.	4
10	Взаимодействие с семьей	Разработка сценария родительского собрания по вопросам здоровьесбережения. Составление памятки для родителей.	6
	Итого		36

Для ОЗФО

№ темы	Наименование практического занятия	Содержание практического занятия	Кол-во часов
1	Здоровьесберегающие технологии: классификация	Составление таблицы классификации здоровьесберегающих технологий.	2
2	Психолого-педагогические основы	Решение ситуационных задач по выявлению признаков утомления.	2
3	Нормативно-правовая база	Изучение СанПиН, ФГОС НОО. Анализ требований.	2
4	Технологии организации образовательного процесса	Разработка фрагмента урока с использованием здоровьесберегающих приемов.	3
5	Технологии физического воспитания	Составление комплекса утренней гимнастики. Разработка подвижной игры.	3
6	Формирование культуры здоровья	Разработка классного часа по формированию ЗОЖ.	3
7	Физкультминутки, динамические паузы	Составление и проведение фрагментов физкультминуток разных видов.	3
8	Здоровьесберегающая среда	Проектирование здоровьесберегающей среды учебного кабинета.	3
9	Мониторинг здоровья	Разработка диагностических заданий для оценки уровня сформированности ЗОЖ.	3
	Итого		24

4.4. Содержание самостоятельной работы Для ОФО

№ темы	Вид и содержание самостоятельной работы	Кол-во часов
1	Подготовка сообщения о здоровьесберегающих технологиях. Составление глоссария.	4
2	Анализ научных статей по психологическим аспектам здоровьесбережения.	4
3	Изучение СанПиН, составление таблицы требований к организации образовательного процесса.	4

№ темы	Вид и содержание самостоятельной работы	Кол-во часов
4	Разработка технологической карты урока с включением здоровьесберегающих приемов.	6
5	Составление картотеки подвижных игр для начальной школы.	6
6	Разработка внеурочного мероприятия по формированию ЗОЖ (сценарий, презентация).	6
7	Составление комплексов физкультминуток для разных этапов урока и возрастов.	6
8	Проект «Здоровьесберегающая среда кабинета» (схема, описание).	6
9	Разработка анкеты для оценки уровня сформированности ЗОЖ у младших школьников.	6
10	Подготовка материалов для родительского собрания (памятка, сценарий).	6
	Итого	54

Для ОЗФО

№ темы	Вид и содержание самостоятельной работы	Кол-во часов
1	Подготовка сообщения о здоровьесберегающих технологиях. Составление глоссария.	5
2	Анализ научных статей по психологическим аспектам здоровьесбережения.	5
3	Изучение СанПиН, составление таблицы требований к организации образовательного процесса.	5
4	Разработка технологической карты урока с включением здоровьесберегающих приемов.	8
5	Составление картотеки подвижных игр для начальной школы.	8
6	Разработка внеурочного мероприятия по формированию ЗОЖ (сценарий, презентация).	8
7	Составление комплексов физкультминуток для разных этапов урока и возрастов.	8
8	Проект «Здоровьесберегающая среда кабинета» (схема, описание).	8

№ темы	Вид и содержание самостоятельной работы	Кол-во часов
9	Разработка анкеты для оценки уровня сформированности ЗОЖ у младших школьников.	8
10	Подготовка материалов для родительского собрания (памятка, сценарий).	9
	Итого	72

5. Контроль качества освоения дисциплины

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

Вид промежуточной аттестации — зачет (8 семестр – ОФО; 9 семестр – ОЗФО). Форма проведения промежуточной аттестации — устный зачет по билетам или защита портфолио методических разработок.

Фонд оценочных средств по дисциплине приведен в приложении к РПД.\

6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) основная литература (не старше 3-х лет, доступ через ipr-smart.ru):

Цибулькинова, В. Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В. Е. Цибулькинова, Е. А. Леванова ; под редакцией Е. А. Левановой. — 2-е изд. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2024. — 148 с. — ISBN 978-5-4263-0490-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/145838.html>

Здоровьесберегающие технологии в образовательной среде технического вуза: (опыт МГТУ им. Н. Э. Баумана) : монография / Г. И. Семикин, Г. А. Мысина, А. С. Миронов [и др.] ; под редакцией Г. А. Мысиной. — Тула : Тульский государственный педагогический университет имени Л.Н. Толстого, 2020. — 168 с. — ISBN 978-5-6043746-9-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/107695.html>

б) дополнительная литература (не старше 3-х лет, доступ через ipr-smart.ru):

Гараева, Е. А. Здоровьесберегающие технологии в профессионально-педагогическом образовании : учебное пособие / Е. А. Гараева. — Оренбург : Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 175 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/30107.html>

Монгуш, И. И. Методика преподавания технологии в начальной школе : учебно-методическое пособие / И. И. Монгуш. — Кызыл : Издательство Тувинского государственного университета, 2022. — 100 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/149476.html>

Новикова В.П. Гигиена детей и подростков : учебно-методическое пособие для СПО / Новикова В.П.. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2026. — 47 с. — ISBN 978-5-4497-5226-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/159256.html>

7. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Цифровой образовательный ресурс «IPRsmart»: официальный сайт. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/> (доступ к учебной литературе). — Текст: электронный.
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: официальный сайт. — URL: <http://elibrary.ru/> (научные статьи по методике обучения иностранным языкам). — Текст: электронный.
3. Официальный сайт Министерства просвещения Российской Федерации. — URL: <https://edu.gov.ru/> (нормативные документы, ФГОС НОО, Федеральная рабочая программа по иностранному языку).
4. Федеральный портал «Российское образование». — URL: <http://www.edu.ru/> — Текст: электронный.
5. Единое содержание общего образования. — URL: <https://edsoo.ru/> (конструктор рабочих программ, примерные рабочие программы по иностранному языку).

8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

При проведении лекционных и практических занятий, а также при организации самостоятельной работы обучающихся применяются интерактивные формы обучения, направленные на погружение в реальную атмосферу профессионального сотрудничества, совместное решение проблем и моделирование профессиональных ситуаций. Интерактивные методы предполагают активное взаимодействие всех участников образовательного процесса, обмен информацией, коллективное принятие решений. В учебном процессе используются такие формы, как творческие задания (разработка физкультминутки, сценариев мероприятий), групповые обсуждения актуальных проблем здоровьесбережения, решение ситуационных задач (кейсов), ролевые и деловые игры («Родительское собрание», «Экспертиза урока с позиции здоровьесбережения»), а также проектная деятельность (разработка фрагментов уроков, программы «Здоровье»). В ходе контактной работы применяются лекции-дискуссии, кейс-метод, ситуационный анализ, обсуждение докладов, деловые игры, что способствует формированию у обучающихся профессиональных компетенций в области применения здоровьесберегающих технологий.

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

В процессе лекционных и практических занятий используется следующее программное обеспечение:

*программы, обеспечивающие доступ в сеть «Интернет» (например, «Google chrome»);

*программы, демонстрации видео материалов (например, проигрыватель «Windows Media Player»);

*программы для демонстрации и создания презентаций (например, «Microsoft PowerPoint»).

10. Описание материально-технического обеспечения, необходимого для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебная аудитория

Оборудование учебного кабинета:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места по количеству обучающихся;
- доска классная;
- стенды информационные.

Учебно-наглядные пособия:

- ноутбук с лицензионным программным обеспечением и возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети Интернет;
- мультимедийная установка.

Лабораторные оснащения: микроскопы, секундомер, тонометр; комплект лабораторной посуды (пробирки, подставки для пробирок, пинцеты, песок, ступки с пестиками, предметные и покровные стекла, стеклянные палочки, препаровальные иглы, фильтровальная бумага (салфетки), стаканы; химические растворы: гипертонический раствор хлорида натрия, 3%-ный раствор пероксида водорода, раствор йода в йодистом калии, глицерин.

Помещение для самостоятельной работы обучающихся оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.