

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: КУЗНЕЦОВ АЛЕКСАНДР ИГОРЕВИЧ
Должность: РЕКТОР
Дата подписания: 24.03.2026 11:21:58
Уникальный программный ключ:
0ec0d544ced914f6d2e031d381fc0ed0880d90a0



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Шифр	Наименование дисциплины (модуля)
ППрМ.03	Методика оздоровительной работы в образовательной организации

Код направления подготовки	44.04.01
Направление подготовки	Педагогическое образование
Наименование (я) ОПОП (направленность / профиль)	Тьюторство в сфере безопасности жизнедеятельности и в здоровьесбережении
Уровень образования	магистр
Форма обучения	заочная

Разработчики:

Должность	Учёная степень, звание	Подпись	ФИО
Доцент	кандидат педагогических наук, доцент		Орехова Ирина Леонидовна

Рабочая программа рассмотрена и одобрена (обновлена) на заседании кафедры (структурного подразделения)

Кафедра	Заведующий кафедрой	Номер протокола	Дата протокола	Подпись
Кафедра безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин	Тюмасева Зоя Ивановна	6	13.02.2025	

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Трудоемкость дисциплины (модуля) и видов занятий по дисциплине (модулю)	5
3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	6
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	10
5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	11
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	16
7. Перечень образовательных технологий	18
8. Описание материально-технической базы	19

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Дисциплина «Методика оздоровительной работы в образовательной организации» относится к модулю обязательной части Блока 1 «Дисциплины/модули» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.04.01 «Педагогическое образование» (уровень образования магистр). Дисциплина является обязательной к изучению.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 час.

1.3 Изучение дисциплины «Методика оздоровительной работы в образовательной организации» основано на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении обучающимися следующих дисциплин: «Основы культуры здоровья и безопасности», «Здоровье и безопасность человека в цифровом и медиамире», «Психология здоровья детей и подростков», «Психофизиологические основы здоровья», «Системы и средства оздоровления», при проведении следующих практик: «производственная практика (педагогическая)».

1.4 Дисциплина «Методика оздоровительной работы в образовательной организации» формирует знания, умения и компетенции, необходимые для освоения следующих дисциплин: «выполнение и защита выпускной квалификационной работы», для проведения следующих практик: «производственная практика (научно-исследовательская деятельность)», «производственная практика (технологическая (проектно-технологическая))», «производственная практика (научно-педагогическая)».

1.5 Цель изучения дисциплины:

формирование готовности к оздоровительной деятельности с детьми и подростками в образовательных организациях.

1.6 Задачи дисциплины:

1) ознакомить с основными современными направлениями оздоровительной работы в образовательных организациях разных ступеней;

2) изучить эффективные формы и методы оздоровительной работы с детьми и подростками в условиях современной системы образования;

3) оценить возможности использования здоровьесберегающих педагогических технологий в образовательных учреждениях разных ступеней и для проектирования индивидуальных оздоровительных программ.

1.7 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

№ п/п	Код и наименование компетенции по ФГОС
Код и наименование индикатора достижения компетенции	
1	ПК-1 способен реализовывать образовательный процесс в системе общего, профессионального и дополнительного образования
	ПК-1.1 Знает психолого-педагогические основы организации образовательного процесса в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования
	ПК-1.2 Умеет использовать современные образовательные технологии, обеспечивающие формирование у обучающихся образовательных результатов по преподаваемому предмету в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования
	ПК-1.3 Владеет опытом реализации образовательной деятельности в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования
2	УК-2 способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла
	УК-2.1 Знает основные принципы, закономерности и методы управления проектом на всех этапах его жизненного цикла; требования к проектам и их результатам
	УК-2.2 Умеет разрабатывать проект, реализовывать и контролировать ход его выполнения; организовывать, координировать и контролировать работу участников проекта
	УК-2.3 Владеет опытом организации и управления проектом на всех этапах его жизненного цикла

№ п/п	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Образовательные результаты по дисциплине
1	ПК-1.1 Знает психолого-педагогические основы организации образовательного процесса в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования	3.1 Знает психолого-педагогические основы организации оздоровительной работы с детьми и подростками в общеобразовательной организации, ее формы и методы

2	ПК-1.2 Умеет использовать современные образовательные технологии, обеспечивающие формирование у обучающихся образовательных результатов по преподаваемому предмету в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования	У.1 Умеет использовать современные образовательные технологии, обеспечивающие формирование у обучающихся оздоровительные компетенции в системе общего образования
3	ПК-1.3 Владеет опытом реализации образовательной деятельности в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования	В.1 Владеет опытом реализации здоровьесберегающих образовательных технологий в системе общего образования
1	УК-2.1 Знает основные принципы, закономерности и методы управления проектом на всех этапах его жизненного цикла; требования к проектам и их результатам	3.2 Знает современные подходы и принципы управления проектом в сфере организации оздоровительной работы с подрастающим человеком в образовательной организации
2	УК-2.2 Умеет разрабатывать проект, реализовывать и контролировать ход его выполнения; организовывать, координировать и контролировать работу участников проекта	У.2 Умеет разрабатывать, реализовывать и контролировать реализацию проекта в сфере оздоровительной работы с подрастающим человеком в образовательной организации
3	УК-2.3 Владеет опытом организации и управления проектом на всех этапах его жизненного цикла	В.2 Владеет опытом организации и управления проектом в сфере оздоровительной работы с подрастающим человеком в образовательной организации

2. ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Наименование раздела дисциплины (темы)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Итого часов
	Л	ПЗ	СРС	
Итого по дисциплине	6	10	88	104
Первый период контроля				
<i>Подходы и принципы оздоровительной работы в образовательных организациях</i>	4		24	28
Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении	2		8	10
Подходы к организации оздоровительной работы в образовательной организации			8	8
Принципы образования, нацеленного на формирование, сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего человека	2		8	10
<i>Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях</i>	2	10	64	76
Физкультурно-оздоровительная работа с детьми и подростками			8	8
Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста.		2	6	8
Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе		2	6	8
Физкультурно-оздоровительная работа с подростками		2	6	8
Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками		2	6	8
Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека			8	8
Роль телесных аспектов в жизни подростка			8	8
Регуляция психического состояния подрастающего человека		2	8	10
Организация оздоровительной работы с детьми и подростками в летнее время	2		8	10
Итого по видам учебной работы	6	10	88	104
<i>Форма промежуточной аттестации</i>				
Дифференцированный зачет				4
Итого за Первый период контроля				108

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

3.1 Лекции

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Подходы и принципы оздоровительной работы в образовательных организациях	4
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ПК-1: У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3), З.1 (ПК-1.1) УК-2: З.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)	
1.1. Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении 1. Культура здоровья как составляющая общей культуры человека. 2. Функции культуры здоровья и оздоровительной деятельности в образовательных организациях. 3. Современные концепции здоровья в аспекте формирования методического обеспечения оздоровительной работы образовательных учреждениях, их принципы. Учебно-методическая литература: 1, 3, 4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	2
1.2. Принципы образования, нацеленного на формирование, сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего человека 1. Принцип формирования здоровья, условия его реализации. 2. Принцип сохранения здоровья, условия его реализации в образовательном учреждении. 3. Принцип укрепления здоровья, условия его реализации в образовательном учреждении. 4. Принципы здоровьесберегающего образования. 5. Принципы открытости, партнерства, продуктивности в аспекте методического обеспечения оздоровительной работы Учебно-методическая литература: 2, 3, 4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	2
2. Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях	2
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ПК-1: З.1 (ПК-1.1), У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3) УК-2: З.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)	
2.1. Организация оздоровительной работы с детьми и подростками в летнее время 1. Цель, задачи и содержание оздоровительной работы в летних лагерях. 2. Организационная работа с субъектами образования. 3. Примерный план оздоровительной работы с детьми в ДОО; в школьном лагере, в загородном лагере. 4. Альтернативные формы летней оздоровительно-воспитательной деятельности Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	2

3.2 Практические

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях	10
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ПК-1: З.1 (ПК-1.1), У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3) УК-2: З.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)	
1.1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста. Цель занятия: ознакомились с особенностями двигательной активности детей дошкольного возраста. Теоретическая часть (вопросы для обсуждения) 1. Роль двигательной активности в физическом развитии дошкольников.	2

<p>2. Средства физического воспитания дошкольников. 3. Традиционные и нетрадиционные методы закаливания дошкольников. 4. Система физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации. Практическая часть Разработать программу физкультурно-оздоровительной работа в дошкольной образовательной организации для детей разного возраста. Обозначить роль тьютора при разработке данной программы.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	2
<p>1.2. Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе Цель занятия: изучить особенности двигательной активности детей младшего школьного возраста. Теоретическая часть (вопросы для обсуждения) 1. Роль двигательной активности в физическом развитии младших школьников. 2. Средства физического воспитания младших школьников. 3.Традиционные и нетрадиционные методы закаливания младших школьников. 4.Система физкультурно-оздоровительной работы в начальной школе. Практическая часть 1. Разработать программу физкультурно-оздоровительной работа с младшими школьниками. Обозначить роль тьютора при разработке данной программы. 2. Разработать пакет физкультминуток для младших школьников в зависимости от учебного предмета, в ходе которого они будут проводиться.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	2
<p>1.3. Физкультурно-оздоровительная работа с подростками Цель занятия: изучить особенности двигательной активности подростков. Теоретическая часть 1. Роль двигательной активности в физическом развитии подростков. 2. Средства физического воспитания подростков. 3.Система физкультурно-оздоровительной работы в основной м старшей школе. 4. Обсуждение выполненных контрольных заданий. Практическая часть Разработать программу физкультурно-оздоровительной работы с подростками. Обозначить роль тьютора при разработке данной программы.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	2
<p>1.4. Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками Цель занятия: изучить возможности психолого-педагогической оздоровительной работы с детьми и подростками. Вопросы для обсуждения 1. Варианты организации жизнедеятельности детей и подростков. 2. Оптимизация двигательной активности детей и подростков. 3. Особенности аутогенной тренировки детей и подростков. Практическая часть 1. Разработать для детей дошкольного возраста пакет мероприятий по оптимизации двигательной активности в зависимости от календарного сезона и возраста (возраст на выбор), заполнить таблицу по разделам: 1. Вид двигательной активности. 2. Зима. 3. Весна. 4. Лето. 4. Осень. 2. Разработать программу психолого-педагогичес-кой оздоровительной работы с младшими школьниками. 3. Разработать программу психолого-педагогичес-кой оздоровительной работы с подростками. Учебно-методическая литература: 1, 2, 3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	2
<p>1.5. Регуляция психического состояния подрастающего человека Цель занятия: изучить возможности регуляции психического состояния детей и подростков.</p>	2

<p>Теоретическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Психоэмоциональное напряжение как фактор соматических заболеваний. 2. Физкультурная терапия и психотерапевтические прогулки как методы регуляции психоэмоционального состояния. 3. Правила применения аутогенной тренировки и релаксации в оздоровительной деятельности. 4. Валеологические паузы на занятиях с детьми и подростками. <p>Практическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Разработать методические рекомендации для подростков по снятию психоэмоционального напряжения. 2. Составить набор релаксационных упражнений для младших школьников <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	2
---	---

3.3 СРС

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема для самостоятельного изучения	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Подходы и принципы оздоровительной работы в образовательных организациях	24
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ПК-1: У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3), З.1 (ПК-1.1) УК-2: З.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)	
1.1. Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении Задание для самостоятельного выполнения студентом: Используя литературные источники, выполнить задание к лекции "Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательной организации". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	8
1.2. Подходы к организации оздоровительной работы в образовательной организации Задание для самостоятельного выполнения студентом: Используя литературные источники, выполните задания по теме "Подходы к организации оздоровительной работы в образовательной организации". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	8
1.3. Принципы образования, нацеленного на формирование, сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего человека Задание для самостоятельного выполнения студентом: Используя литературные источники, выполнить задание к лекции "Принципы образования, нацеленного на формирование, сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего человека". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	8
2. Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях	64
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ПК-1: З.1 (ПК-1.1), У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3) УК-2: З.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)	
2.1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми и подростками Задание для самостоятельного выполнения студентом: Используя литературные источники, выполните задания по теме "Физкультурно-оздоровительная работа с детьми и подростками". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	8
2.2. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста. Задание для самостоятельного выполнения студентом: Используя литературные источники, одготовьте доклад по одному из вопросов практической работы "Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	6

<p>2.3. Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе Задание для самостоятельного выполнения студентом: Используя литературные источники, одготовьте доклад по одному из вопросов практической работы "Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе" Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	6
<p>2.4. Физкультурно-оздоровительная работа с подростками Задание для самостоятельного выполнения студентом: Используя литературные источники, одготовьте доклад по одному из вопросов практической работы "Физкультурно-оздоровительная работа с подростками" Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	6
<p>2.5. Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками Задание для самостоятельного выполнения студентом: Используя литературные источники, одготовьте доклад по одному из вопросов практической работы "Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	6
<p>2.6. Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека Задание для самостоятельного выполнения студентом: Используя литературные источники, выполните задания по теме "Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека" Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	8
<p>2.7. Роль телесных аспектов в жизни подростка Задание для самостоятельного выполнения студентом: Используя литературные источники, выполните задания по теме "Роль телесных аспектов в жизни подростка". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	8
<p>2.8. Регуляция психического состояния подрастающего человека Задание для самостоятельного выполнения студентом: Используя литературные источники, одготовьте доклад по одному из вопросов практической работы "Регуляция психического состояния подрастающего человека". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	8
<p>2.9. Организация оздоровительной работы с детьми и подростками в летнее время Задание для самостоятельного выполнения студентом: Используя литературные источники, выполнить задание к лекции "Организация оздоровительной работы с детьми и подростками в летнее время". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	8

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Ссылка на источник в ЭБС
Основная литература		
1	Дыхан Д.Б. Педагогическая валеология. Уч. Пособие для студентов педагогических вузов [Текст] / Д.Б. Дыхан, В.С. Кукушин, А.Г. Трушкин Под ред. В.С. Кукушина. – М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д: Издательский центр «МарТ», 2005. – 528 с.	
Дополнительная литература		
2	Айдаркин Е.К. Возрастные основы здоровья и здоровьесберегающие образовательные технологии [Электронный ресурс] / Айдаркин Е.К., Иваницкая Л.Н. – Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2008. – 176 с.	http://www.iprbookshop.ru/47035.html
3	Медведев А.С. Методологические основы системы оздоровления детей [Электронный ресурс]: монография / Медведев А.С. – Минск: Белорусская наука, 2008. – 158 с.	http://www.iprbookshop.ru/12303.html
4	Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность(в сфере дошкольного образования): монография [Электронный ресурс] / З.И.Тюмасева, И.Л.Орехова, Е.Г. Кушникова. –Челябинск: , 2012. –315 с.	http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/42
5	Шебеко В.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста [Электронный ресурс]: учебное пособие / Шебеко В.Н. – Электрон. текстовые данные. – Минск: Вышэйшая школа, 2013. – 288 с.	http://www.iprbookshop.ru/35552.html

4.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование базы данных	Ссылка на ресурс
1	База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU	https://elibrary.ru/defaultx.asp

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

5.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций

Код компетенции по ФГОС							
Код образовательного результата дисциплины	Текущий контроль						Промежуточная аттестация
	Доклад/сообщение	Задания к лекции	Конспект по теме	Конспект урока	Отчет по лабораторной работе	Проект	Зачет/Экзамен
ПК-1							
3.1 (ПК-1.1)	+	+	+				+
У.1 (ПК-1.2)	+	+	+	+	+		+
В.1 (ПК-1.3)	+	+	+		+	+	+
УК-2							
3.2 (УК-2.1)	+	+	+	+			+
У.2 (УК-2.2)	+	+	+		+		+
В.2 (УК-2.3)	+	+	+		+	+	+

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

5.2.1. Текущий контроль.

Типовые задания к разделу "Подходы и принципы оздоровительной работы в образовательных организациях":

1. Задания к лекции

Используя литературные источники, выполните задания к лекциям:

1. Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении
2. Принципы образования, нацеленного на формирование, сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего человека.

"Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении":

1. Здоровьеформирующая, здоровьесберегающая деятельность как содержательная характеристика культуры здоровья.
2. Особенности личности, приводящие к развитию психосоматических заболеваний.

"Принципы образования, нацеленного на формирование, сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего человека"

1. Принципы создания и развития здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении (по З.И. Тюмасевой).
2. Принципы здоровьесберегающего образования (по Т.Ф. Ореховой).

Количество баллов: 10

2. Конспект по теме

Используя литературные источники, выполните задание по теме "Подходы к организации оздоровительной работы в образовательной организации".

1. Сущность холистического подхода к здоровью и здоровому образу жизни. Его реализация в оздоровительной работе с подрастающим человеком.
2. Системный подход к созданию здоровьесберегающей образовательной среды.
3. Аксиологический, деятельностный, личностно-творческий подходы к оздоровительной работе с детьми и подростками.
4. Этнопедагогический подход к организации оздоровительной работы с детьми и подростками в образовательных учреждениях.
5. Валеологическая карта подрастающего человека, ее содержание, функции.

Количество баллов: 10

3. Проект

Используя литературные источники, подготовьте проект по одной из предложенных тем.

1. Концептуальные основы методического обеспечения оздоровительной работы с детьми и подростками конкретного возраста в образовательной организации.
2. Разработайте проект оздоровительно-воспитательной работы в конкретной образовательной организации с конкретной группой детей или подростков:
 - младшая дошкольная группа,
 - средняя дошкольная группа,
 - старшая дошкольная группа,
 - подготовительная дошкольная группа,
 - младший школьный возраст,
 - учащиеся 5–6 классов;
 - учащиеся 7–8 классов;
 - учащиеся 9–11 классов.
3. Формирование потребности в здоровье у растущего человека. Изучите уровень сформированности потребности в здоровье и здоровом образе жизни у конкретной группы субъектов образования. Какие мотивации здоровья и здорового образа жизни доминируют у них?
4. Музыкаоздоровление. Разработайте несколько занятий, связанных с использованием музыки. Оцените эффективность таких занятий (качество усвоения учебного материала, дисциплина в группе на занятиях, психологическая комфортность, степень личной удовлетворенности).
5. Биоритмы и здоровье человека. Используя знания по биоритмологии, составьте научно обоснованный распорядок дня для конкретного учащегося.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях":

1. Доклад/сообщение

Используя литературные источники, подготовьте доклад по одному из вопросов каждой практической работы:

1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста.
2. Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе.
3. Физкультурно-оздоровительная работа с подростками.
4. Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками.
5. Регуляция психического состояния подрастающего человека.

"Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста":

1. Роль двигательной активности в физическом развитии дошкольников.
2. Средства физического воспитания дошкольников.
3. Традиционные и нетрадиционные методы закаливания дошкольников.
4. Система физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации.

"Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе":

1. Роль двигательной активности в физическом развитии младших школьников.
2. Средства физического воспитания младших школьников.
3. Традиционные и нетрадиционные методы закаливания младших школьников.
4. Система физкультурно-оздоровительной работы в начальной школе.

"Физкультурно-оздоровительная работа с подростками":

1. Роль двигательной активности в физическом развитии подростков.
2. Средства физического воспитания подростков.
3. Система физкультурно-оздоровительной работы в основной и старшей школе.

"Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками":

1. Варианты организации жизнедеятельности детей и подростков.
2. Оптимизация двигательной активности детей и подростков.
3. Особенности аутогенной тренировки детей и подростков.

"Регуляция психического состояния подрастающего человека"

1. Психоэмоциональное напряжение как фактор психосоматических заболеваний.
2. Физкультурная терапия и психотерапевтические прогулки как методы регуляции психоэмоционального состояния.
3. Правила применения аутогенной тренировки и релаксации в оздоровительной деятельности.
4. Валеологические паузы на занятиях с детьми и подростками.

Количество баллов: 25

2. Задания к лекции

Используя литературные источники, выполните задание к лекции "Регуляция психического состояния подрастающего человека".

1. Особенности и требования к организации и проведению массовых оздоровительных мероприятий в

школьных лагерях отдыха и оздоровления.

2. Проект программы оздоровительной работы в школьных лагерях отдыха и оздоровления.

Количество баллов: 5

3. Конспект по теме

Используя литературные источники, выполните задания по темам:

1. Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека

2. Роль телесных аспектов в жизни подростка

"Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека":

1. Физкультурно-оздоровительная работа как система.

2. Средства и формы физического воспитания детей и подростков. Заполнить таблицу:

Дошкольники Младшие школьники Подростки

Средства физического воспитания

Формы физического воспитания

"Роль телесных аспектов в жизни подростка":

1. Типы педагогического взаимодействия: реструктивное, деструктивное, конструктивное, рестриктивное.

2. Виды здоровьесберегающих взаимодействий: защита, поддержка, сопровождение.

3. Диалоговое обучение, учебное сотрудничество, интерактивное обучение в аспекте здоровьесберегающего образования.

Количество баллов: 10

4. Конспект урока

Используя литературные источники, выполните задания по темам:

1. Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека

2. Роль телесных аспектов в жизни подростка.

"Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека":

1. Физкультурно-оздоровительная работа как система.

2. Средства и формы физического воспитания детей и подростков. Заполнить таблицу:

Дошкольники Младшие школьники Подростки

Средства физического воспитания

Формы физического воспитания

"Роль телесных аспектов в жизни подростка":

1. Типы педагогического взаимодействия: реструктивное, деструктивное, конструктивное, рестриктивное.

2. Виды здоровьесберегающих взаимодействий: защита, поддержка, сопровождение.

3. Диалоговое обучение, учебное сотрудничество, интерактивное обучение в аспекте здоровьесберегающего образования.

Количество баллов: 10

5. Отчет по лабораторной работе

Используя литературные источники, выполните практические задания практических работ:

1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста.

2. Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе

3. Физкультурно-оздоровительная работа с подростками

4. Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками

5. Регуляция психического состояния подрастающего человека.

"Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста":

Разработать программу физкультурно-оздоровительной работа в дошкольной образовательной организации для детей разного возраста. Обозначить роль тьютора при разработке данной программы.

"Физкультурно-оздоровительная работа в начальной школе":

. Разработать программу физкультурно-оздоровительной работа с младшими школьниками. Обозначить роль тьютора при разработке данной программы.

2. Разработать пакет физкультминуток для младших школьников в зависимости от учебного предмета, в ходе которого они будут проводиться.

"Физкультурно-оздоровительная работа с подростками":

Разработать программу физкультурно-оздоровительной работы с подростками. Обозначить роль тьютора при разработке данной программы.

"Психолого-педагогическая оздоровительная работа с детьми и подростками":

1. Разработать для детей дошкольного возраста пакет мероприятий по оптимизации двигательной активности в зависимости от календарного сезона и возраста (возраст на выбор):

Таблица

Вид двигательной активности Осень Зима Весна

2. Разработать программу психолого-педагогической оздоровительной работы с младшими школьниками.
3. Разработать программу психолого-педагогической оздоровительной работы с подростками.

"Регуляция психического состояния подрастающего человека":

1. Разработать методические рекомендации для подростков по снятию психоэмоционального напряжения.
2. Составить набор релаксационных упражнений для младших школьников

Количество баллов: 25

5.2.2. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации в ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ».

Первый период контроля

1. Дифференцированный зачет

Вопросы к зачету:

1. Концептуальные основы методического обеспечения оздоровительной работы в образовательной организации.
2. Культура здоровья как составляющая общей культуры человека. Компоненты культуры здоровья в аспекте разработки методического обеспечения оздоровительной работы с детьми и подростками.
3. Функции культуры здоровья и оздоровительной деятельности в образовательной организации.
4. Требования к методике оздоровления.
5. Подходы к организации оздоровительной работы с детьми в дошкольной образовательной организации.
6. Принципы формирования, сохранения и укрепления здоровья детей и подростков.
7. Принципы педагогической валеологии, используемые при разработке методического сопровождения оздоровительной работы с детьми и подростками.
8. Принципы здоровьесберегающей образовательной среды.
9. Принципы здоровьесотворяющего образования.
10. Культура здоровья как составляющая профессиональной компетентности работников образования.
11. Методика физкультурно-оздоровительной работы с детьми в дошкольных образовательных организациях.
12. Особенности двигательной активности младших школьников и ее роль в физическом и психическом развитии. Суточная норма двигательной активности.
13. Закаливание как средство повышения адаптационных возможностей организма подрастающего человека. Методика закаливания.
14. Методика физкультурно-оздоровительной работы в начальной школе.
15. Методика физкультурно-оздоровительной работы с подростками.
16. Психолого-педагогическое сопровождение оздоровительной работы в дошкольных образовательных организациях.
17. Особенности формирования установок на здоровье, здоровый и безопасный образ жизни в дошкольном возрасте.
18. Особенности формирования установок на здоровье, здоровый и безопасный образ жизни этапах развития подрастающего у младших школьников.
19. Особенности формирования установок на здоровье, здоровый и безопасный образ жизни у подростков.
20. Педагогическое взаимодействие как фактор оздоровления подрастающего человека, его виды.
21. Роль телесных аспектов в жизни подростка, факторы, влияющие на «телесное здоровье» и способы его сохранения.
22. Стресс – основная проблема школьника. Валеологическое сопровождение как условие снятия постоянного стрессового состояния подрастающего человека.
23. Адаптация как мера здоровья обучаемого.
24. Предупреждение психоэмоционального напряжения. Физкультурная терапия. Психотерапевтические прогулки.
25. Аутогенная тренировка, методика ее проведения.
26. Релаксация, методика ее проведения.
27. Валеологические паузы на занятиях с детьми дошкольного возраста.
28. Валеологические паузы на занятиях с младшими школьниками.
29. Валеологические паузы на занятиях с подростками.
30. Упражнения на регуляцию психического состояния младшего школьника.
31. Упражнения на регуляцию психического состояния детей дошкольного возраста.
32. Упражнения на регуляцию психического состояния подростка.

33. Цель и задачи летней оздоровительной работы с детьми и подростками. Организационная работа с субъектами образования.
34. Цель и задачи летней оздоровительной работы с детьми и подростками. Организационная работа с субъектами образования.
35. Особенности адаптации к обучению в начальной школе.
36. Особенности двигательной активности дошкольников и ее роль в физическом и психическом развитии. Суточная норма двигательной активности.
37. Особенности двигательной активности подростков и ее роль в физическом и психическом развитии. Суточная норма двигательной активности.
38. Подходы к организации оздоровительной работы с детьми в начальной школе.
39. Подходы к организации оздоровительной работы с подростками в образовательной организации.
40. Психолого-педагогическое сопровождение оздоровительной работы в образовательных организациях.

5.3. Примерные критерии оценивания ответа студентов на экзамене (зачете):

Отметка	Критерии оценивания
"Отлично"	<ul style="list-style-type: none"> - дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Хорошо"	<ul style="list-style-type: none"> - дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Удовлетворительно" ("зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> - затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации - неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя - выполнение заданий при подсказке преподавателя - затруднения в формулировке выводов
"Неудовлетворительно" ("не зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> - неправильная оценка предложенной ситуации - отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Лекции

Лекция - одна из основных форм организации учебного процесса, представляющая собой устное, монологическое, систематическое, последовательное изложение преподавателем учебного материала с демонстрацией слайдов и фильмов. Работа обучающихся на лекции включает в себя: составление или слежение за планом чтения лекции, написание конспекта лекции, дополнение конспекта рекомендованной литературой.

Требования к конспекту лекций: краткость, схематичность, последовательная фиксация основных положений, выводов, формулировок, обобщений. В конспекте нужно помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Последующая работа над материалом лекции предусматривает проверку терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. В конспекте нужно обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

2. Практические

Практические (семинарские занятия) представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения практических занятий и семинаров является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях.

При подготовке к практическому занятию необходимо, ознакомиться с его планом; изучить соответствующие конспекты лекций, главы учебников и методических пособий, разобрать примеры, ознакомиться с дополнительной литературой (справочниками, энциклопедиями, словарями). К наиболее важным и сложным вопросам темы рекомендуется составлять конспекты ответов. Следует готовить все вопросы соответствующего занятия: необходимо уметь давать определения основным понятиям, знать основные положения теории, правила и формулы, предложенные для запоминания к каждой теме.

В ходе практического занятия надо давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов, доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

3. Дифференцированный зачет

Цель дифференцированного зачета – проверка и оценка уровня полученных студентом специальных знаний по учебной дисциплине и соответствующих им умений и навыков, а также умения логически мыслить, аргументировать избранную научную позицию, реагировать на дополнительные вопросы, ориентироваться в массиве информации.

Подготовка к зачету начинается с первого занятия по дисциплине, на котором обучающиеся получают предварительный перечень вопросов к зачету и список рекомендуемой литературы, их ставят в известность относительно критериев выставления зачета и специфике текущей и итоговой аттестации. С самого начала желательно планомерно осваивать материал, руководствуясь перечнем вопросов к зачету и списком рекомендуемой литературы, а также путем самостоятельного конспектирования материалов занятий и результатов самостоятельного изучения учебных вопросов.

Результат дифференцированного зачета выражается оценкой «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

4. Задания к лекции

Задания к лекции используются для контроля знаний обучающихся по теоретическому материалу, изложенному на лекциях.

Задания могут подразделяться на несколько групп:

1. задания на иллюстрацию теоретического материала. Они выявляют качество понимания студентами теории;
2. задания на выполнение задач и примеров по образцу, разобранному в аудитории. Для самостоятельного выполнения требуется, чтобы студент овладел рассмотренными на лекции методами решения;
3. задания, содержащие элементы творчества, которые требуют от студента преобразований, реконструкций, обобщений. Для их выполнения необходимо привлекать ранее приобретенный опыт, устанавливать внутривидовые и межпредметные связи, приобрести дополнительные знания самостоятельно или применить исследовательские умения;
4. может применяться выдача индивидуальных или опережающих заданий на различный срок, определяемый преподавателем, с последующим представлением их для проверки в указанный срок.

5. Конспект по теме

Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника.

Различаются четыре типа конспектов.

План-конспект – это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

Текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

Свободный конспект – это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысления материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

Тематический конспект – составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то теме (вопросу).

В процессе изучения материала источника, составления конспекта нужно обязательно применять различные выделения, подзаголовки, создавая блочную структуру конспекта. Это делает конспект легко воспринимаемым, удобным для работы.

Этапы выполнения конспекта:

1. определить цель составления конспекта;
2. записать название текста или его части;
3. записать выходные данные текста (автор, место и год издания);
4. выделить при первичном чтении основные смысловые части текста;
5. выделить основные положения текста;
6. выделить понятия, термины, которые требуют разъяснений;
7. последовательно и кратко изложить своими словами существенные положения изучаемого материала;
8. включить в запись выводы по основным положениям, конкретным фактам и примерам (без подробного описания);
9. использовать приемы наглядного отражения содержания (абзацы «ступеньками», различные способы подчеркивания, шрифт разного начертания, ручки разного цвета);
10. соблюдать правила цитирования (цитата должна быть заключена в кавычки, дана ссылка на ее источник, указана страница).

6. Проект

Проект – это самостоятельное, развернутое решение обучающимся, или группой обучающихся какой-либо проблемы научно-исследовательского, творческого или практического характера.

Этапы в создании проектов.

1. Выбор проблемы.
2. Постановка целей.
3. Постановка задач (подцелей).
4. Информационная подготовка.
5. Образование творческих групп (по желанию).
6. Внутригрупповая или индивидуальная работа.
7. Внутригрупповая дискуссия.
8. Общественная презентация – защита проекта.

7. Доклад/сообщение

Доклад – развернутое устное (возможен письменный вариант) сообщение по определенной теме, сделанное публично, в котором обобщается информация из одного или нескольких источников, представляется и обосновывается отношение к описываемой теме.

Основные этапы подготовки доклада:

1. четко сформулировать тему;
2. изучить и подобрать литературу, рекомендуемую по теме, выделив три источника библиографической информации:
 - первичные (статьи, диссертации, монографии и т. д.);
 - вторичные (библиография, реферативные журналы, сигнальная информация, планы, граф-схемы, предметные указатели и т. д.);
 - третичные (обзоры, компилятивные работы, справочные книги и т. д.);
3. написать план, который полностью согласуется с выбранной темой и логично раскрывает ее;
4. написать доклад, соблюдая следующие требования:
 - структура доклада должна включать краткое введение, обосновывающее актуальность проблемы; основной текст; заключение с краткими выводами по исследуемой проблеме; список использованной литературы;
 - в содержании доклада общие положения надо подкрепить и пояснить конкретными примерами; не пересказывать отдельные главы учебника или учебного пособия, а изложить собственные соображения по существу рассматриваемых вопросов, внести свои предложения;
5. оформить работу в соответствии с требованиями.

8. Конспект урока

Конспект урока – это полный и подробный план предстоящего урока, который отражает его содержание и включает развернутое описание его хода.

Содержание урока зависит от множества факторов: предмета, возрастной группы учащихся, вида урока и т.д. Однако основные принципы составления конспекта урока являются общими.

Основные требования к составлению конспекта урока:

- методы, цели, задачи урока должны соответствовать возрасту учащихся и теме занятия;
- цели и задачи должны быть достижимы и четко сформулированы;
- наличие мотивации к изучению темы;
- ход урока должен способствовать выполнению поставленных задач и достижению целей.

Схема плана-конспекта урока

1. Тема урока. Информативное и лаконичное определение того, чему посвящено занятие.
 2. Цели урока. Цели указывают на то, зачем проводится занятие и что оно даст учащимся.
 3. Планируемые задачи. В данном разделе указывается минимальный набор знаний и умений, который учащиеся должны приобрести по окончании занятия.
 4. Вид и форма урока. Указывается к какому виду относится урок (ознакомление, закрепление, контрольная и др.) и в какой форме он проходит (лекция, игра, беседа и т.д.)
 5. Ход урока. Этот раздел является самым объемным и трудоемким. Он включает в себя подпункты, которые соответствуют этапам урока (приветствие, опрос, проверка домашнего задания и т.д.). Все они должны быть озаглавлены, а также учитель должен указать количество отведенного времени для каждого элемента. В конспекте описываются задачи, содержание, деятельность обучающихся на каждом этапе урока.
 6. Методическое обеспечение урока. В этом пункте учитель указывает все, что будет использоваться в ходе урока (учебники, раздаточный материал, карты, инструменты, технические средства и т.д.).
- Схема плана-конспекта урока может быть дополнена другими элементами.

9. Отчет по лабораторной работе

При составлении и оформлении отчета следует придерживаться рекомендаций, представленных в методических указаниях по выполнению лабораторных работ по дисциплине.

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

1. Проектные технологии
2. Цифровые технологии обучения
3. Технологии эвристического обучения

8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ

1. компьютерный класс – аудитория для самостоятельной работы
2. учебная аудитория для лекционных занятий
3. учебная аудитория для семинарских, практических занятий
4. Лицензионное программное обеспечение:
 - Операционная система Windows 10
 - Microsoft Office Professional Plus
 - Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
 - Справочная правовая система Консультант плюс
 - 7-zip
 - Adobe Acrobat Reader DC
5. Специализированное оборудование и технические средства обучения: