

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт педагогики и психологии  
Кафедра начального образования

УТВЕРЖДАЮ

Директор института педагогики и  
психологии

 М.В. Рудь  
(подпись) (фамилия, инициалы)

« 31 » января 2024 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
обучающихся по дисциплине

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБУЧЕНИИ И  
ВОСПИТАНИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

По направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя  
профилями подготовки)


Профиль подготовки: Начальное образование. Английский язык

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Курс 5 (9 семестр), 4 (триместр С)

Разработчик  
доцент Якименко Л.Н. 

Заведующий кафедрой  
начального образования  
Якименко Л.Н. 

Протокол  
от «29» января 2024 г. № 7

Луганск, 2024

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 1.1. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) – неотъемлемая часть рабочей программы дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в обучении и воспитании младших школьников» и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений студентов, освоивших программу дисциплины.

### 1.2. Цели и задачи фонда оценочных средств

Цель ФОС – установить соответствие уровня подготовки обучающегося требованиям ФГОС ВО бакалавриат по направлению подготовки по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки). Профиль: Начальное образование. Английский язык, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 22.02.2018 №125 (с изменениями и дополнениями), Профессиональным стандартом, утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 № 544н (с изменениями и дополнениями).

### 1.3. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и индикаторов их достижения:

| Код по ФГОС ВО  | Индикатор достижения  |
|---|---|
| Общепрофессиональные  |   |
| ПК-1 Готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в образовательном процессе и внеурочной деятельности, владеет профессиональными ценностями и смысловыми установками педагогической деятельности педагога начального общего образования | ПК-1.1. Применяет меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.<br><br>ПК-1.2. Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся |

### 1.4. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

| Этапы формирования компетенций   | Компетенции | Контрольно-оценочные средства / способ оценивания |
|--|-------------|---|
| Гигиенические требования к организации учебной деятельности в начальной школе. | ПК-1        | Конспект, презентация, опрос, заполнение таблицы  |

|   |      |                 |
|---|------|-----------------|
| Теоретические аспекты здоровьесберегающей педагогики. Исторические предпосылки развития культуры здоровья личности. Современные подходы к проблеме сохранения здоровья подрастающего поколения. Сущность культуры здоровья и ее проявления Педагогическая система действий по развитию культуры здоровья учащихся практическое занятие  | ПК-1 | Конспект, опрос |
| Пути и условия формирования культуры здоровья школьников в начальной школе. Подготовка педагогов к здоровьесберегающему воспитанию школьников. Индивидуализация обучения как условие сохранения здоровья подрастающего поколения Развитие культуры здоровья подростков в учебное время. Организация внеучебной деятельности. Психолого-педагогические условия становления личностной культуры здоровья в младшем школьном возрасте. | ПК-1 | Конспект, опрос |
| Здоровьесберегающие образовательные технологии. Система разработки программ содействия здоровью учащихся. Методика и организация оздоровительной работы. Валеологическая модель деятельности учителя начальных классов.   | ПК-1 | Конспект, опрос |
| Пути и условия формирования культуры здоровья школьников в начальной школе. Подготовка педагогов к здоровьесберегающему воспитанию школьников.  | ПК-1 | Конспект, опрос |

|  |      |                    |
|--|------|--------------------|
| Индивидуализация обучения как условие сохранения здоровья подрастающего поколения<br>Развитие культуры здоровья подростков в учебное время.<br>Организация внеучебной деятельности. Психолого-педагогические условия становления личностной культуры здоровья в младшем школьном возрасте. |      |                    |
| Здоровьесберегающие образовательные технологии.<br>Система разработки программ содействия здоровью учащихся.<br>Методика и организация оздоровительной работы.<br>Валеологическая модель деятельности учителя начальных классов.   | ПК-1 | Конспект, опрос    |
| <b>Текущая аттестация</b>  | ПК-1 | Контрольная работа |
| <b>Промежуточная аттестация</b>  | ПК-1 | Письменный зачет   |

### 1.5. Описание показателей формирования компетенций

| Код компетенции | Результаты сформированности  |
|-----------------|--|
| ПК-1            | <p><b>знает:</b> основные здоровьесберегающие технологии, используемые в системе образования, их цели, задачи, содержание и методы достижения целей; принципы, схемы и модели организации здоровьесформирующей деятельности; основные методологические подходы в современной педагогике, методы организации образовательного процесса, не наносящие ущерба здоровью его участников (педагогов и обучающихся); санитарно-гигиенические, нормативные (включая правила техники безопасности) и психолого-педагогические основы организации и проведения занятий, уроков, культурно-досуговых и физкультурно-оздоровительных мероприятий; основные принципы и методы психопрофилактики и культуры здоровья; методики медико-физиологической, психологической, социально-педагогической диагностики; основные методики профилактической и оздоровительной массовой, групповой и индивидуальной деятельности;</p> <p><b>умеет:</b> планировать и проводить занятия (урочные,</p> |

|  |   |
|--|---|
|  | <p>внеурочные) с учетом специфики тем, возрастных, половых особенностей и степени здоровья школьника; использовать современные научно-обоснованные приемы, методы и средства обучения здоровому образу жизни; воспитывать у школьников средствами здорового образа жизни духовные, нравственные ценности, мотивацию к учению и самосовершенствованию; обеспечивать здоровый микроклимат во время образовательного процесса; формировать общую, гигиеническую и валеологическую культуру школьников; рационально организовывать школьный и суточный режим с целью укрепления и сохранения здоровья учащихся; применять методы мониторинга здоровья; организовывать деятельность, направленную на защиту здоровья учащихся и своего собственного от неблагоприятного воздействия факторов, связанных с образовательным процессом; формулировать конкретные задачи воспитания, образования с использованием здоровьесберегающих и здоровьесозидающих технологий; оптимизировать педагогический процесс, создавая отношения доверия, диалога, сотрудничества, взаимопомощи; участвовать в исследовательской работе методических объединений по вопросам обучения здоровью и воспитания культуры здоровья;</p> <p><b>владеет:</b> анализа здоровьесберегающих технологий по критерию их эффективного воздействия на оздоровление учащихся; навыками медико-физиологического, психогигиенического, психологического и социально-педагогического диагностирования физического развития и здоровья учащихся; навыками использования инновационных моделей здоровьесформирования; навыками рационального применения учебного и лабораторного оборудования, компьютерной техники, аудиовизуальных и мультимедийных средств и тренажёрных устройств.</p> |
|--|---|

#### 1.6. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

| Вид учебной работы                                    | Количество баллов |       |     |
|---|-------------------|-------|-----|
|   | ОФО               | О-ЗФО | ЗФО |
| Устные ответы на семинарских занятиях                 | 40                |       | 30  |
| Выполнение и защита практических / лабораторных работ |                   |       |     |

|  |            |  |           |
|--|------------|--|-----------|
| Самостоятельная работа   | <b>9</b>   |  | <b>19</b> |
| Иные виды учебной работы (подготовка презентации, написание реферата, решение задач, контрольная работа и др.) | <b>21</b>  |  | <b>21</b> |
| Зачет  | <b>30</b>  |  | <b>30</b> |
| <b>Всего</b>   | <b>100</b> |  |           |

**Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале**

| <b>Четырехбалльная система оценивания экзамена</b> | <b>100-балльная шкала</b> | <b>Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале</b>  | <b>Система оценивания зачета</b> |
|--|---------------------------|---|----------------------------------|
| Отлично  | <b>90-100</b>             | <b>А</b> – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному                                 | Зачтено                          |
| Хорошо   | <b>83-89</b>              | <b>В</b> – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному |                                  |
| Хорошо   | <b>75-82</b>              | <b>С</b> – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные  |                                  |

|                     |              |   |            |
|---------------------|--------------|---|------------|
|                     |              | программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками   |            |
| Удовлетворительно   | <b>63-74</b> | <b>D</b> – удовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки |            |
| Удовлетворительно   | <b>50-62</b> | <b>E</b> – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные учебной программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполненных некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному                                      |            |
| Неудовлетворительно | <b>21-49</b> | <b>FX</b> – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом не сформированы; большинство предусмотренных учебной программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения  | Не зачтено |

|                     |             |  |  |
|---------------------|-------------|--|--|
|                     |             | оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительно самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий  |  |
| Неудовлетворительно | <b>0-20</b> | <b>F</b> – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки; дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий |  |

## 2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

### 2.1. Оценочные средства текущего контроля

#### 1. Тесты

Технологии организации здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации

1. Укажите виды дорожных знаков:

- + предписывающие
- + указательные
- + предупреждающие
- + запрещающие

2. Укажите самые гигиенические ткани для зимней одежды:

- сатин
- + фланель
- вольта
- + бумазея

3. Какой вид торможения возникает в том случае, когда подкрепление дается с опозданием?

- охранительное торможение
- + запаздывающее торможение
- дифференцировка

- «встреча двух возбуждений?»

4. Регулярное проявление повышенной эмоциональности, чрезмерной впечатлительности, склонности к самовнушению и фантазерству — это симптомы:

- + истерии
- аффекта
- неврастении
- невроза

5. Выражение истощения нервной системы, при котором наблюдаются ослабление основных нервных процессов и наклонность к развитию тормозимости — это:

- неврастения
- истерия
- + церебральная астения
- невроз

6. Укажите верные утверждения

- + У ребенка нет врожденных форм сложных поведенческих актов
- Поведенческие реакции формируются после рождения под влиянием социальных условий?, происходит это формирование по принципу безусловного рефлекса
- У ребенка имеется ряд врожденных форм сложных поведенческих актов
- + Поведенческие реакции формируются после рождения под влиянием социальных условий?, происходит это формирование по принципу условного рефлекса

7. Укажите основные группы тормозных состояний по принципу их формирования:

- + безусловное торможение
- активное торможение
- + внутреннее торможение
- фиктивное торможение

8. Укажите верные утверждения

- В формировании рефлекса на «положение под грудью» в первые два месяца жизни ребенка достаточно участие только двух анализаторов: обонятельного и тактильного
- Рефлекс на «положение под грудью» в первые два месяца жизни ребенка проявляется независимо от того, кто берет ребенка на руки, придавая ему соответствующее положение.
- Рефлекс на «положение под грудью» проявляется, только если мать берет ребенка на руки, придавая ему соответствующее положение.
- + В формировании рефлекса на «положение под грудью» в первые два месяца

жизни ребенка достаточно участие только двух анализаторов: вестибулярного и тактильного

9. Навязчивые состояния могут проявляться в:

- + двигательной сфере
- + интеллектуальной сфере
- духовной сфере
- + эмоциональной сфере

10. Укажите самые гигиенические ткани для летней одежды:

- + вольта
- + ситец
- сатин
- + бумазея

11. Особое состояние центральной нервной системы, при котором возникает очень стойкий очаг возбуждения, а близлежащие отделы мозга находятся в состоянии торможения — это:

- минор
- запаздывание
- + доминанта
- дифференцировка

12. Укажите признаки утомления у ребенка:

- + повышенная раздражительность
- + ускоренность мелких движений
- + нарушение недавно сформированных умений
- + длительные отвлечения

13. Реакции новорожденного обладают рядом специфических признаков, укажите их:

- В первые 10 дней жизни состояние активного бодрствования у ребенка наступает под влиянием импульса в основном из внешней среды организма
- + Возможность нервных клеток находиться в активном состоянии очень обострена, поэтому ребенок чутко спит
- Возможность нервных клеток находиться в активном состоянии очень ограничена
- + В первые 10 дней жизни состояние активного бодрствования у ребенка наступает под влиянием импульса в основном из внутренней среды организма

14. Как называется стадия формирования условнорефлекторной реакции, характеризуется постоянством реакции, выраженностью ее проявления и коротким латентным периодом?

- Стадия сосредоточения
- + Стадия устойчивого условного рефлекса

- Стадия автоматизма
- Индифферентная стадия

15. Как называется стадия формирования условнорефлекторной реакции, при которой условный раздражитель вызывает сначала лишь раздражение воспринимающих клеток?

- + Индифферентная стадия
- Стадия сосредоточения
- Стадия автоматизма
- Стадия неустойчивого условного рефлекса

16. Как называется технология, которая включает в себя комплекс мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, посредством оптимизации двигательной активности, с использованием современных методов кинезотерапии, которые способствуют формированию двигательных качеств?

- + эстетотерапия
- хореотерапия
- аэробикотерапии
- физотерапия

17. Как называется стадия формирования условнорефлекторной реакции, которая выражается в задержке имевшейся ранее активности ребенка, в проявлении внимания к раздражителю и создании «установки» на условный раздражитель?

- Индифферентная стадия
- Стадия неустойчивого условного рефлекса
- + Стадия сосредоточения
- + Установочная стадия

18. Укажите время наступления утомления для детей средней группы дошкольной образовательной организации:

- 7 – 9 минута
- 10 – 12 минута
- 19 – 22 минута
- 12 – 14 минута

19. Какое расстройство у детей характеризуется истощением нервной системы в результате переутомления, недоедания, общего физического ослабления организма или интоксикации, пережитых тревог и волнений?

- невроз
- стресс
- аффект
- + неврастения

20. Вид торможения, который является связующим между внешним и внутренним торможением называется:

- Запоздывание
- + Угасание
- Дифференцировка
- Доминанта

21. Укажите виды дорожных знаков:

- + предписывающие
- + указательные
- + предупреждающие
- + запрещающие

22. Укажите причины неврозов:

- нарушения вегетативной системы
- + психическая травма
- нарушения вербальной системы
- преморбидная личностная предрасположенность

23. Постоянные раздражающие воспоминания это навязчивое состояние ...

- в духовной сфере
- в интеллектуальной сфере
- в двигательной сфере
- + в эмоциональной сфере

24. Тормозящее действие коры головного мозга на подкорковую деятельность - это:

- дифференцировка
- охранительное торможение
- доминанта
- + высшее торможение

25. Укажите, какие виды имеет условное торможение:

- + дифференцировка
- охранительное торможение
- + запоздывание
- «встреча двух возбуждений»

## **2.2. Оценочные средства для промежуточной аттестации. Вопросы к зачету.**

1. Охарактеризуйте понятие «здоровье». Выделите компоненты и виды здоровья. Отметьте существенные критерии соматического, физического и психического здоровья человека.

2. Выделите факторы, влияющие на состояние здоровья детей, и укажите их соотношение.

3. Дайте характеристику групп здоровья детей.

4. Охарактеризуйте критерии образа жизни человека: уровень жизни, качество жизни, стиль жизни; его влияние на состояние здоровья индивида.

5. Охарактеризуйте понятие «культура здоровья». Аргументируйте необходимость формирования культуры здоровья.

6. Выделите существенные характеристики здорового образа жизни, его составляющие.

7. Перечислите критерии сформированности здорового образа жизни у учащихся. Укажите возможности диагностики здорового образа жизни.

8. Отметьте существенные характеристики педагогической компетентности в области здоровьесбережения: выделите базовую компетентность, субъектную компетентность.

9. Укажите возможности диагностики компетентности педагогов и родителей учащихся в области здоровьесбережения.

10. Укажите дезадаптационные состояния. Перечислите причины развития дезадаптационных состояний у детей.

11. Выделите существенные характеристики физического дискомфорта, его причины и признаки, возникающие в процессе учебной деятельности. Укажите пути предупреждения и преодоления физического дискомфорта.

12. Выделите существенные характеристики эмоционального дискомфорта. Перечислите факторы, провоцирующие появление эмоционального дискомфорта в детском возрасте.

13. Перечислите причины и проявления тревоги у детей с особенностями психофизического развития. Аргументируйте необходимость предупреждения тревожных состояний учащихся в работе педагога.

14. Укажите причины и проявления страха у детей с особенностями психофизического развития.

15. Укажите причины и проявления агрессии у детей. Аргументируйте необходимость предупреждения состояния агрессии учащихся в работе педагога.

16. Выделите существенные критерии утомления. Укажите признаки и охарактеризуйте стадии утомления.

17. Выделите виды утомления, назовите их причины и проявления.

18. Охарактеризуйте статическое утомление и укажите меры его предупреждения.

21. Охарактеризуйте умственное утомление и укажите меры по его предупреждению.

22. Охарактеризуйте сенсорное утомление и укажите меры по его предупреждению. Приведите классификацию зрительных упражнений.

23. Охарактеризуйте понятие переутомления. Перечислите причины и признаки переутомления.

24. Укажите меры профилактики утомления и переутомления учащихся.

25. Перечислите условия высокой работоспособности.
26. Выделите требования к режиму учебной работы, аргументируйте необходимость его индивидуализации.
27. Обоснуйте необходимость дозировки зрительной, слуховой и физической нагрузки в процессе обучения.
28. Охарактеризуйте понятие здоровьесберегающей технологии. Приведите классификацию здоровьесберегающих технологий, используемых в обучении и воспитании детей.
29. Аргументируйте необходимость взаимодействия специалистов при реализации здоровьесберегающих технологий в образовании детей с особенностями психофизического развития.
30. Поясните принцип комплексности использования здоровьесберегающих технологий.
31. Выделите существенные характеристики здоровьесберегающего урока. 32. Укажите требования к организации двигательной активности учащихся в учреждении образования.
33. Выделите существенные критерии здоровьесберегающей образовательной среды. Перечислите компоненты здоровьесберегающей образовательной среды и основные требования к ее организации.
34. Перечислите основные санитарно-гигиенические требования к планировке средних общеобразовательных школ и учреждений специального образования.
35. Перечислите основные санитарно-гигиенические требования к основным и вспомогательным помещениям школы.
36. Перечислите основные санитарно-гигиенические требования к земельному участку школы, его структурной организации, укажите возможности адаптации зон земельного участка для организации обучения, воспитания и отдыха детей.
37. Опишите влияние микроклимата на систему терморегуляции, самочувствие и работоспособность детей. Перечислите требования к микроклимату учебных помещений и контролю над ним.
38. Укажите требования к световому режиму учебных помещений, естественной и искусственной освещенности.
39. Перечислите эргономические требования к школьной мебели, правила ее подбора.
40. Опишите особенности рассаживания детей в классе.
41. Укажите школьные факторы риска и охарактеризуйте их.
42. Перечислите и охарактеризуйте принципы здоровьесберегающей образовательной деятельности.
43. Перечислите и охарактеризуйте модели здоровьесберегающей деятельности современного учреждения образования.
44. Перечислите критерии «здоровой школы». Укажите цели и критерии мониторинга здоровьесберегающей деятельности учреждения образования.
45. Перечислите нормативные документы, регламентирующие здоровьесберегающую деятельность и среду учреждений образования.

46. Укажите требования к современным образовательным программам по охране и развитию здоровья школьников и приведите их примеры.

47. Укажите требования к программе здоровьесберегающей деятельности учреждения образования.

48. Раскройте понятие о профессиональном здоровье педагога. Перечислите факторы риска в педагогической деятельности. Приведите примеры профессиональных заболеваний и профессиональных деформаций.

49. Раскройте понятие профессионального выгорания, укажите его причины и соотнесите со здоровьем педагога.

50. Укажите современные технологии укрепления и восстановления профессионального здоровья педагога и охарактеризуйте их.

51. Становление и развитие педагогики здоровья.

52. Основные принципы педагогики здоровья.

53. Понятие «образ жизни человека» и его влияние на здоровье.

54. Анализ известных подходов к определению здоровья.

55. Понятие «здоровье» как системное и комплексное.

56. ЗОЖ. Его основные элементы и факторы, на него влияющие.

57. Понятие культуры здоровья, пути ее развития.

58. Основные элементы культуры здоровья личности.

59. Компонентный состав культуры здоровья, его содержание.

60. Подготовка педагогов к здоровьесберегающему воспитанию младших школьников.

61. Современные подходы к проблеме сохранения здоровья детей.

62. Педагогическая система действий по развитию культуры здоровья детей дошкольного возраста.

63. Методика и организация оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.

64. Валеологическая модель деятельности педагога дошкольного учреждения.

65. Совместная деятельность семьи и начальной школы по сохранению здоровья детей.

66. Организация прогулки на территории школы с использованием здоровьесберегающих технологий.

67. Методики формирования основ здорового образа жизни в работах Н.А.Ноткиной, М.А.Руновой, В.П.Щербакова.

68. Закаливание ребенка в семье.

69. Факторы, влияющие на здоровье субъектов образовательного процесса.

70. Краткий анализ систем закаливания.

71. Профессиональное здоровье учителя начальных классов.

72. Мониторинг здоровья участников образовательного процесса.

73. Санитарно-эпидемиологические требования к организации образовательного процесса в начальной школе.

74. Оптимальный двигательный режим младших школьников.

75. Формирование основ безопасности жизнедеятельности младших школьников.