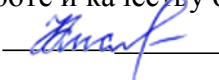


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 14.09.2026 02:01:06
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Самарский государственный социально-педагогический университет»
Кафедра начального образования

Утверждаю
Проректор по учебно-методической
работе и качеству образования
 Н.Н. Кислова

Иванова Н.А.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

«Здоровьесберегающие технологии в системе дополнительного образования»

Направление подготовки (специальность)
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль) «Начальное образование» и «Дополнительное образование»

Квалификация выпускника
Бакалавр

Рассмотрено
Протокол №11 от 30.06.2026 г.
Заседания кафедры начального образования

Одобрено
Начальник Управления
образовательных программ
 Н.А. Доманина

Пояснительная записка

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) для промежуточной аттестации по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в системе дополнительного образования» разработан в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки). Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 125

основной профессиональной образовательной программой высшего образования «Начальное образование» и «Дополнительное образование» с учетом требований профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. № 544н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 6 декабря 2013 г., регистрационный № 30550), с изменениями, внесенными приказами Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 25 декабря 2014 г. № 1115н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 19 февраля 2015 г., регистрационный № 36091) и от 5 августа 2016 г. № 422н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 23 августа 2016 г., регистрационный № 43326).

Цель ФОС для промежуточной аттестации – установление уровня сформированности компетенций: ПК-1 (ПК-1.1, ПК-1.2.)

Задачи ФОС для промежуточной аттестации - контроль качества и уровня достижения результатов обучения по формируемым в соответствии с учебным планом компетенциям:

Компетенция	Индикатор	Результаты обучения
ПК-1. Способен осуществлять педагогическую деятельность по реализации образовательного процесса по предмету	ПК-1.1. Умеет реализовывать образовательную программу по предмету с учетом специфики содержания, методов и инструментов соответствующей области научного знания	Знает различные типы здоровьесберегающих технологий, возможности их применения в работе с детьми младшего школьного возраста в системе дополнительного образования; Способен проектировать образовательную деятельность детей с учетом требований здоровьесбережения. Способен реализовывать различные образовательные программы в соответствии с требованиями здорового образа жизни
	ПК-1.2. Реализует образовательную программу по предмету с использованием технологий профессиональной деятельности	Умеет осуществлять отбор Здоровьесберегающих технологий в соответствии с содержанием деятельности педагога и детей, этапов урока, физического и психического состояния участников образовательного процесса

Требование к процедуре оценки:

Помещение: особых требований нет

Оборудование: особых требований нет

Инструменты: особых требований нет

Расходные материалы: особых требований нет

Доступ к дополнительным справочным материалам: особых требований нет

Нормы времени: особых требований нет.

Проверяемая (ые) компетенция (и):

ПК-1. Способен осуществлять педагогическую деятельность по реализации образовательного процесса по предмету

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ПК-1.1. Умеет реализовывать образовательную программу по предмету с учетом специфики содержания, методов и инструментов соответствующей области научного знания

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Знает различные типы здоровьесберегающих технологий, возможности их применения в работе с детьми младшего школьного возраста в системе дополнительного образования; Способен проектировать образовательную деятельность детей с учетом требований здоровьесбережения. Способен реализовывать различные образовательные программы в соответствии с требованиями здорового образа жизни

1. Вопросы и задания для коллоквиума

Максимальная оценка – 34 балла

I. Вопросы для письменного опроса.

1. Дайте определение понятиям "Здоровье" и "Здоровый образ жизни".
2. Назовите основные источники учебных перегрузок в ОУ.
3. Укажите основные направления здоровьесберегающей работы в ЦДО.
4. Назовите основные составляющие здорового образа жизни. Как вы реализуете их в своей жизни?
5. Какими способами управления своим самочувствием и работоспособностью Вы владеете? Приведите примеры.
7. Умеете ли Вы избегать конфликтные ситуации? Приведите примеры.
8. Выберите наиболее полное определение понятию здоровьесберегающие образовательные технологии:
 - Это технологии, в которых сохранение и укрепление здоровья является важнейшим приоритетом, обеспечивается на технологическом уровне в принципах работы, задачах, методах, программах, реализуется и подтверждается результатами мониторинга.
 - Это совокупность принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные технологии обучения, воспитания, развития задачами здоровьесбережения
 - Комплексная работа по сохранению и укреплению здоровья.
9. Какие образовательные технологии с большой вероятностью наносят ущерб здоровью учащихся и педагогов?
 - Традиционная технология, чрезмерная интенсификация образовательного процесса, использование приемов авторитарной педагогики.
 - Проблемное обучение, игровые технологии
 - Дистанционное обучение
10. Какие главные задачи решаются с помощью организационно – педагогических образовательных здоровьесберегающих технологий?
 - Создание условий безопасного для здоровья обучения, предотвращение дезадаптационных состояний, переутомления, гиподинамии, дистресса, определение структуры и организации учебного процесса, объема учебной нагрузки
 - Все аспекты воздействия учителя на здоровье ученика: выбор используемых на уроке приемов, методов, технологий, осуществление психолого - педагогического сопровождения всех элементов образовательного процесса
11. Какие главные задачи решаются с помощью психолого – педагогических образовательных здоровьесберегающих технологий?

-Все аспекты воздействия учителя на здоровье ученика: выбор используемых на уроке приемов, методов, технологий, осуществление психолого - педагогического сопровождения всех элементов образовательного процесса

-Создание условий безопасного для здоровья обучения, предотвращение дезадаптационных состояний, переутомления, гиподинамии, дистресса, определение структуры и организации учебного процесса, объема учебной нагрузки

12.Какие главные задачи решаются с помощью учебно – воспитательных образовательных здоровьесберегающих технологий?

-Реализация программ по обучению здоровью и ЗОЖ, предупреждение вредных привычек, просвещение родителей.

-Формирование и укрепление психологического здоровья, повышение ресурсов психологической адаптации с помощью социально – психологических тренингов, программ социальной и семейной педагогики.

13.Какие главные задачи решаются с помощью социально адаптирующих и личностно развивающих образовательных здоровьесберегающих технологий?

-Формирование и укрепление психологического здоровья, повышение ресурсов психологической адаптации с помощью социально – психологических тренингов, программ социальной и семейной педагогики.

-Реализация программ по обучению здоровью и ЗОЖ, предупреждение вредных привычек, просвещение родителей.

14.Что из перечисленного наиболее эффективно, чтобы сбросить вес:

- отказ от завтрака, обеда или ужина
- сокращение потребления алкоголя
- исключение из рациона крахмалосодержащих продуктов.

15.Как правильно дышать:

- ртом
- носом
- ни один из вариантов не хуже и не лучше другого.

16. Используя собственные наблюдения за семейным воспитанием, опишите, в какой степени среда и воспитание в конкретной семье влияют на формирование здоровья ребенка (можете использовать пример своей семьи, близких, знакомых).

Процедура оценки:

2 балла – ставится за каждое правильно выполненное задание.

1 балл – если задание выполнено не полностью или имеются неточности в ответе, нет обоснований, не приведены примеры.

0 баллов – задание не выполнено.

Максимально – 32 балла

Проверяемая (ые) компетенция (и):

ПК-1. Способен осуществлять педагогическую деятельность по реализации образовательного процесса по предмету

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ПК-1.2. Реализует образовательную программу по предмету с использованием технологий профессиональной деятельности

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Умеет осуществлять отбор Здоровьесберегающих технологий в соответствии с содержанием деятельности педагога и детей, этапов урока, физического и психического состояния участников образовательного процесса

2. Посмотрите и проанализируйте видеозапись занятия в ЦДО с позиции норм и правил здоровьесбережения (предоставляется преподавателем).

Методические рекомендации:

При анализе урока с точки зрения сохранения здоровья школьников, целесообразно обратить внимание на следующее : Гигиенические условия в кабинете; Число видов учебной деятельности, используемых учителем; Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности; Число использованных учителем видов преподавания; Чередование видов преподавания; Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся; Умение учителя использовать возможности показа видеоматериалов; Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы; Физкультминутки и физкультпаузы; Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни; Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке; Благоприятный психологический климат на уроке; Преобладающее выражение лица учителя; Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности; Темп и особенности окончания урока; Состояние и вид учеников, выходящих с урока.

Гигиенические условия в классе (кабинете): чистота, температура и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, наличие/отсутствие монотонных, неприятных раздражителей и т. п. Следует отметить, что утомляемость школьников и риск аллергических расстройств в немалой степени зависят от соблюдения этих простых условий.

Число видов учебной деятельности, используемых учителем: опрос учащихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение примеров, задач, практические занятия и т. д. Нормой считается 4-7 видов за урок. Однообразность урока способствует утомляемости школьников. Вместе с тем вам необходимо помнить, что частая смена одной деятельности на другую требует от учащихся дополнительных адаптационных усилий. Это также способствует росту утомляемости.

Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности Ориентировочная норма: 7-10 минут.

Число использованных учителем видов преподавания: словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и др. Норма - не менее трех за урок.

Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся, которые позволяют им превратиться в субъекты деятельности. Это: методы свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приемов взаимодействия, свобода творчества и т.д.); активные методы (ученики в роли учителя, чтение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар и др.); методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки) и др.

Физкультминутки и физкультпаузы Физкультминутки и физкультпаузы являются обязательной составной частью урока. Необходимо обратить внимание на их содержание и продолжительность (норма - на 15-20 минуте урока по 1 минуте из трех легких упражнений с 3-4 повторениями каждого), а также эмоциональный климат во время выполнения упражнений и наличие у школьников желания их выполнять.

Урок неполноценен, если на нем не было эмоционально-смысловых разрядок: улыбок, уместных остроумных шуток, использования поговорок, афоризмов с комментариями, музыкальных минуток и т.д. Преобладающее выражение лица учителя.

Процедура оценки: 10 баллов – урок проанализирован согласно всем показателям. Студент обосновал каждый пункт оценки, высказал свое мнение. Дал рекомендации.

9-7 баллов - урок проанализирован согласно всем показателям. Студент обосновал каждый пункт оценки, но не высказал свое мнение. Дал рекомендации.

6-4 баллов - урок проанализирован не по всем показателям. Студент обосновал каждый пункт оценки, высказал свое мнение. Дал рекомендации.

3-1 балл - урок проанализирован не по всем показателям. Студент исправляет свои недочеты с помощью преподавателя.

3. Консультация для родителей. Разработайте консультацию для родителей детей младшего школьного возраста на тему «Как сохранить и укрепить здоровье ребенка». Представьте данный материал в виде настенной информационной карты.

Процедура оценки: 15-12 баллов – Студент разработал и представил подробную консультацию для родителей, оформил материал эстетично, доступно. Объем консультативного материала 2-3 страницы печатно текста (шрифт 14, интервал 1,5, абзацный отступ – 1,25, формат А4).

11-9 баллов - Студент разработал и представил подробную консультацию для родителей, оформил материал эстетично, доступно. Объем консультативного материала 1-2 страницы печатно текста (шрифт 14, интервал 1,5, абзацный отступ – 1,25, формат А4).

8-6 баллов - Студент разработал и представил подробную консультацию для родителей, оформил материал эстетично, доступно. Объем консультативного материала 1-2 страницы печатно текста, но нарушены требования оформления.

5-3 балла- Студент разработал и представил консультацию для родителей, оформил материал не эстетично с нарушением требований.

2-1 балл - Студент разработал и представил консультацию для родителей в устном виде без оформления. Материал требует доработки.

4. Диагностика. Выберите ребенка (будущего первоклассника) и проведите диагностику его психического и физиологического развития. Укажите какие методики вы использовали. Сделайте заключение о состоянии ребенка. Данные оформите в таблице.

Процедура оценки: 13-11 баллов – Студент выбрал реального ребенка, выбрал необходимый диагностический материал, описал все показатели, сделал вывод, оформил результаты в таблице.

10-5 - Студент выбрал реального ребенка, выбрал необходимый диагностический материал, описал не все показатели, вывод не сделал, оформил результаты в таблице.

4-2 балла – диагностика проведена с нарушением, результаты не оформлены, выводы не сделаны.

1 балл – студент подобрал методики, диагностику не провел.

5. Разработайте урок для детей начальной школы (учебный предмет и тема выбирается студентом), представьте его в виде технологической карты:

Учебный предмет и тема урока.				
Ожидаемые результаты:				
-Предметные				
-Метапредметные				
Методические задачи урока		Обучающая		
		Развивающая		
		Воспитательная		
Этап урока (с указанием времени)	Задание	Деятельность учителя	Деятельность ученика	Здоровьесберегающие технологии, использованные на уроке

Проанализируйте разработанный урок, согласно следующей схеме:

Критерии	Степень применения		
	2 балла	1 балл	0 баллов
1. Число видов учебной деятельности, используемых учителем (опрос учащихся; письмо; чтение; слушание; рассказ; рассматривание наглядных пособий; ответы на вопросы; решение примеров, задач; практические занятия и др.)			

Нормой считается 4-7 видов за урок. Однообразие урока способствует утомлению школьников. Частые смены одной деятельности на другую требуют от учащихся дополнительных адаптационных усилий. Это также способствует росту утомляемости			
2. Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности. <i>Ориентировочная норма – 7-10 минут</i>			
3. Число использованных учителем видов преподавания (словесный; наглядный; аудиовизуальный; самостоятельная работа др.) <i>Норма – не менее трёх за урок.</i>			
4. Чередование видов преподавания не позже чем через 10-15 минут.			
5. Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся, которые позволяют им реально превратиться из «потребителей знаний» в субъектов деятельности по их получению и созиданию: <i>метод свободного выбора</i> (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приёмов взаимодействия, свобода творчества и т.д.); <i>активные методы</i> (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь и др.); <i>методы, направленные на самопознание и развитие</i> (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки) и др.			
6. Длительность применения технических средств обучения в соответствии с гигиеническими нормами. (<i>Норма – 8-10 минут</i>)			
7. Физкультминутки и физкультпаузы, которые сегодня являются обязательной составной частью урока. <i>Норма – на 15-20 минут урока по 1 минуте из 3-х лёгких упражнений с 3-4 повторениями каждого.</i> Необходимо обратить внимание на их содержание и продолжительность, а также на эмоциональный климат во время выполнения упражнений и наличие у школьников желания их выполнять.			
8. Положительной оценки заслуживает включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни: (формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности; выработка понимания сущности здорового образа жизни; выработка индивидуального способа безопасного поведения, обсуждения разных возможностей и последствий выбора того или иного поведения). Умение учителя выделить и подчеркнуть в большинстве тем вопросы, связанные со здоровьем, является одним из критериев его педагогического профессионализма			
9. Итоговая плотность урока, т.е. количество времени, затраченного школьниками непосредственно на учебную работу. <i>Рекомендуемые показатели в диапазоне от 60% до 80%</i>			
10. Наличие рефлексии.			

Процедура оценки: посчитайте все полученные баллы, суммируйте их:

высокий – 20-18баллов
 средний – 17- 10 баллов
 низкий –9 и менее баллов

6. Итоговая Контрольная работа

Вариант 1.

1. Дайте определение понятиям "Здоровье" и "Здоровый образ жизни".
2. Назовите основные источники учебных перегрузок в ОУ.
3. Укажите основные направления здоровьесберегающей работы в ОУ.
4. Назовите основные составляющие здорового образа жизни. Как вы реализуете их в своей жизни?
5. Назовите 10 причин сказать "Нет" наркотикам.

Вариант 2.

1. Какими способами управления своим самочувствием и работоспособностью Вы владеете?
 2. Умеете ли Вы избегать конфликтные ситуации?
 3. Выберите наиболее полное определение понятию здоровьесберегающие образовательные технологии:
 - Это технологии, в которых сохранение и укрепление здоровья является важнейшим приоритетом, обеспечивается на технологическом уровне в принципах работы, задачах, методах, программах, реализуется и подтверждается результатами мониторинга.
 - Это совокупность принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные технологии обучения, воспитания, развития задачами здоровьесбережения
 4. Какие образовательные технологии с большой вероятностью наносят ущерб здоровью учащихся и педагогов?
 - Традиционная технология, чрезмерная интенсификация образовательного процесса, использование приемов авторитарной педагогики.
 - Проблемное обучение, игровые технологии
 - Дистанционное обучение
 5. Какие главные задачи решаются с помощью организационно – педагогических образовательных здоровьесберегающих технологий?
 - Создание условий безопасного для здоровья обучения, предотвращение дезадапционных состояний, переутомления, гиподинамии, дистресса, определение структуры и организации учебного процесса, объема учебной нагрузки
 - Все аспекты воздействия учителя на здоровье ученика: выбор используемых на уроке приемов, методов, технологий, осуществление психолого - педагогического сопровождения всех элементов образовательного процесса.
- Вариант 3.
1. Какие главные задачи решаются с помощью психолого – педагогических образовательных здоровьесберегающих технологий?
 - Все аспекты воздействия учителя на здоровье ученика: выбор используемых на уроке приемов, методов, технологий, осуществление психолого - педагогического сопровождения всех элементов образовательного процесса
 - Создание условий безопасного для здоровья обучения, предотвращение дезадапционных состояний, переутомления, гиподинамии, дистресса, определение структуры и организации учебного процесса, объема учебной нагрузки
 2. Какие главные задачи решаются с помощью учебно – воспитательных образовательных здоровьесберегающих технологий?
 - Реализация программ по обучению здоровью и ЗОЖ, предупреждение вредных привычек, просвещение родителей.
 - Формирование и укрепление психологического здоровья, повышение ресурсов психологической адаптации с помощью социально – психологических тренингов, программ социальной и семейной педагогики.
 3. Какие главные задачи решаются с помощью социально адаптирующих и личностно развивающих образовательных здоровьесберегающих технологий?

-Формирование и укрепление психологического здоровья, повышение ресурсов психологической адаптации с помощью социально – психологических тренингов, программ социальной и семейной педагогики.

-Реализация программ по обучению здоровью и ЗОЖ, предупреждение вредных привычек, просвещение родителей.

4. Что из перечисленного наиболее эффективно, чтобы сбросить вес:

— отказ от завтрака, обеда или ужина

— сокращение потребления алкоголя

— исключение из рациона крахмалосодержащих продуктов.

5. Используя собственные наблюдения за семейным воспитанием, опишите, в какой степени среда и воспитание в конкретной семье влияют на формирование здоровья ребенка (можете использовать пример своей семьи, близких, знакомых).

Критерий оценивания контрольной работы:

За каждое верно выполненное задание – 2 балла

Максимум – 10 баллов

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

Перечень оценочных средств

Наименование оценочного средства	Характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
Устные оценочные средства		
Коллоквиум	Средство контроля усвоения учебного материала темы, раздела или разделов дисциплины, организованное как учебное занятие в виде собеседования преподавателя с обучающимися.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
Письменные оценочные средства		
Контрольная работа	Средство проверки умений применять полученные знания по разделу или модулю учебной дисциплины. Рекомендуются для оценки знаний и умений студентов.	Вопросы и задания
Практическое задание	Средство оценки умения применять полученные теоретические знания в практической ситуации.	Комплект заданий (диагностика, разработка урока, анализ урока, консультация для родителей)

Студент должен постараться выполнить все задания, предложенные преподавателем.

Задания оцениваются согласно оценочному листу.

Оценочный лист по дисциплине

№	Критерий оценивания	Минимальное кол-во баллов	Максимальное кол-во баллов
1	Коллоквиум	20	32
2	Анализ видеозаписи урока (на выбор студента).	5	10
3	Консультация для родителей.	6	15
4	Диагностика детей	5	13
5	Разработка и анализ урока	15	20
6	Итоговая контрольная работа	5	10

	Итого	56	100
--	-------	----	-----

Набранные баллы переводятся в академическую оценку по следующей системе:

Общее количество набранных баллов	Академическая оценка
0-55	Неудовлетворительно (не зачтено)
56 -70	Удовлетворительно (зачтено)
71-85	Хорошо
86-100	Отлично

Экспертный лист
фонда оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по
дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в системе дополнительного
образования»

по направлению подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
шифр и наименование направления подготовки

«Начальное образование» и «Дополнительное образование»
профиль (и), программа магистратуры

Бакалавр
квалификация выпускника

1. Формальное оценивание			
Показатели		Присутствуют	Отсутствуют
Наличие обязательных структурных элементов:			
– титульный лист			
– пояснительная записка			
– комплект оценочных средств			
– методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания			
Наличие дополнительных структурных элементов:			
– наличие оценочных листов к заданиям (модельных ответов)			
Содержательное оценивание			
Показатели	Соответствует	Соответствует частично	Не соответствует
Соответствие требованиям ФГОС ВО к результатам освоения программы			
Соответствие требованиям ОПОП ВО к результатам освоения программы			
Ориентация на требования к трудовым функциям ПС (при наличии утвержденного ПС)			
Соответствует формируемым компетенциям, индикаторам достижения компетенций			

Заключение: ФОС рекомендуется/ не рекомендуется к внедрению; обеспечивает/ не обеспечивает объективность и достоверность результатов при проведении оценивания результатов обучения; критерии и показатели оценивания компетенций, шкалы оценивания обеспечивают/ не обеспечивают проведение всесторонней оценки результатов обучения.

Эксперт, должность, ученая степень, ученое звание _____ / Ф.И.О.
(подпись)

МП