

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
КУЛЬТУРЫ»

УТВЕРЖДАЮ:

Председатель учебно-
методического совета факультета

Государственной культурной
политики

Ипполитов С.С.



«28» мая 2019 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Б1.В.22 ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Направление подготовки:

50.03.01 Искусства и
гуманитарные науки

Профиль подготовки:

Артпедагогика

Квалификация выпускника:

Бакалавр

Форма обучения: *очная*

Химки, 2019 г.

1. 1.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соответственных с планируемыми результатами освоения образовательной программы - формирование систематизированных знаний о здоровье учащихся как результате взаимодействия развивающегося организма со средовыми факторами, природными и социокультурными; формирование знаний о здоровом образе жизни, культуры здоровья; формирование знаний о содержании здоровьесберегающих технологии и об особенностях построения здоровьесберегающего пространства различных учебных заведений.

Формируемые компетенции в результате освоения дисциплины (модуля): ОК-6, ОК-7, ОК-8
ОК-6 – способность к самоорганизации и самообразованию;
ОК-7 – способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
ОК-8 - способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

знать: основы и методы самообразования;

основы физической культуры и методы физического, нравственного и культурного развития личности, средства нравственного и физического воспитания;

основы оказания первой помощи при негативных воздействиях среды на человека; этапы развития клинических проявлений при часто распространенных заболеваниях, виды нарушений жизненных функций, особенности подхода к людям имеющих определенные заболевания

уметь: составить план самообразования по предметам профессионального обучения;

использовать методы и средства физической культуры для профессионального саморазвития и самосовершенствования использовать методы и средства физической культуры для профессионального саморазвития и самосовершенствования;

использовать приемы, методы оказания первой доврачебной помощи человеку от негативных воздействий среды

владеть: навыками самоорганизации;

навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами физической культуры;

навыками безопасной организации деятельности и защиты человека в чрезвычайных ситуациях; знаниями и умениями распознать и оценить опасные и вредные ситуации для человека, провести диагностическое обследование и психологической коррекции и профилактики последствий в условиях чрезвычайных ситуациях

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО.

Дисциплина относится к вариативной части Блока 1. направления подготовки 50.03.01 Искусства и гуманитарные науки, профиль Артпедагогика.

Дисциплина «**Здоровьесберегающие технологии**» изучается в 8 семестре. Взаимосвязь курса с другими дисциплинами ОПОП способствует углубленной подготовке студентов к решению специальных практических профессиональных задач и формированию необходимых компетенций.

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы 72 часа

4. Содержание дисциплины (модуля) «Здоровьесберегающие технологии»

Учебно-тематический план для студентов очной формы обучения

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (<i>по неделям семестра</i>) Форма промежуточной аттестации (<i>по семестрам</i>)
1	Концептуальные основы и современные требования к здоровьесберегающему у образованию	8	1, 2, 3	9	2	4	3	Практическое задание (сообщение)
2	Современные концепции здоровьесберегающего образования.	8	4, 5	7			7	
3	Здоровье человека и его составляющие	8	5, 6	13	2	4	7	Практическое задание (сообщение)
4	Основы культуры здоровья, роль здоровья в жизни, обучении и саморазвитии личности.	8	7, 8, 9	7			7	Практическое задание (доклад)
5	Основы здорового образа жизни личности.	8	10, 11, 12	11	2	2	7	Практическое задание (рубежный контроль)
6	Основные направления формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.	8	13, 14	9	2		7	
7	Культура поликультурного и межнационального общения	8	15, 16	7			7	Практическое задание (эссе)
8	Принципы и пути формирования поликультурной образовательной среды в различных учебных заведениях	8	17	9			9	
	Итого:			72	8	10	54	Зачет

Содержание курса

Тема 1 Концептуальные основы и современные требования к здоровьесберегающему образованию.

Государственные (отечественные и зарубежные) документы отражающие актуальность здоровьесбережения. Современные концепции и нормативно-правовые регуляторы охраны здоровья детей и подростков.

Роль государства, общественных движений и организаций в формировании здорового образа жизни детей и взрослых. Роль семьи, педагога, образовательного учреждения в здоровьесбережении подрастающего поколения. Валеология и философия здоровья как методологическая основа здоровьесберегающих технологий.

Сущность и содержание научных понятий: «Здоровьесберегающая технология», «Здоровьесберегающая образовательная технология» и «Здоровьеформирующие образовательные технологии». Государственные стандарты и требования к здоровьесберегающему образованию.

Вопросы к семинару

1. Государственные (отечественные и зарубежные) документы, отражающие актуальность здоровьесбережения.
2. Методологические основы здоровьесберегающих технологий.
3. Сущность содержание основных понятий курса.
4. Государственные стандарты и требования к здоровьесберегающему образованию

Тема 2. Современные концепции здоровьесберегающего образования.

Классификация технологий и оценка их эффективности. Типы технологий: (здоровьесберегающие, оздоровительные, технологии обучения здоровью, воспитание культуры здоровья).

Классификация здоровьесберегающих технологий по характеру и направлению деятельности.

Комплексные здоровьесберегающие технологии: (технологии комплексной профилактики заболеваний, коррекции и реабилитации здоровья (физкультурно-оздоровительные и валеологические); педагогические технологии, содействующие здоровью; технологии, формирующие ЗОЖ.

Характеристика функций здоровьесберегающей технологии (формирующая, информативно-коммуникативная, диагностическая, адаптивная, рефлексивная, интегративная).

Здоровьесберегающие и здоровьеформирующие образовательные технологии, по определению Н.К. Смирнова. Здоровьесберегающая технология В.Д. Сонькина. Концепция здоровьесберегающих педагогических технологии А.М. Митяева. Здоровьесберегающая образовательная технология О.В. Петрова.

Вопросы к семинару:

1. Типы и классификация здоровьесберегающих технологий.
2. Общая характеристика функций здоровьесберегающих технологий.
3. Характеристика здоровьесберегающих и здоровьеформирующих образовательных технологии, по определению Н.К. Смирнова.
4. Сравнительная характеристика здоровьесберегающих технологий В.Д. Сонькина, А.М. Митяева, О.В. Петрова.

Тема 3. Здоровье человека и его составляющие

Определение понятия «здоровье» и ее различных сторон. Здоровье как глобальная проблема и общечеловеческая ценность. Проблемы ценности здоровья в историко-

философской и педагогической мысли. Современные парадигмы здоровья человека. Медико-биологическая, психологическая и социальная сущности здоровья. Понятие здоровья как динамического процесса. Ресурсы здоровья. Признаки индивидуального здоровья и его составляющие.

Потенциал индивидуального здоровья. Комплексная универсальная модель сохранения и укрепления здоровья - «Цветок потенциалов» В. А. Ананьева. Раскрытие потенциалов (компетенций) личности. Интеллектуальный аспект здоровья (потенциал разума) — способность человека развивать интеллект и уметь им пользоваться; умение приобретать объективные знания и воплощать их в жизнь. Личностный аспект здоровья — потенциал воли. Эмоциональный аспект здоровья — потенциал чувств. Физический аспект здоровья — потенциал тела. Социальный аспект здоровья — общественный потенциал. Творческий аспект здоровья — креативный потенциал. Духовный аспект здоровья — духовный потенциал.

Вопросы к семинару

1. Здоровья как динамический процесс.
2. Характеристика современных парадигм здоровья
3. Индивидуальное здоровье и его составляющие.
4. Международные и отечественные стандарты здоровья.
5. Комплексная универсальная модель сохранения и укрепления здоровья - «Цветок потенциалов» В. А. Ананьева.
6. Здоровье и современные научно-технические достижения человечества.

Тема 4. Основы культуры здоровья, роль здоровья в жизни, обучении и саморазвитии личности.

Задача повышения грамотности педагогов и учащихся в вопросах сохранения и укрепления здоровья как одна из приоритетных задач образования. Основные представления о здоровье как биологической и социальной категориях. Здоровье как состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений. Адаптация и здоровье. Здоровье как основа человеческого бытия.

Здоровье как состояние полного физического, психического, духовно-нравственного и социального благополучия. Здоровье как единство гармонии тела и духа. Принцип триединого представления о здоровье: единство физического, психического и духовно-нравственного здоровья. Факторы, влияющие на каждую составляющую здоровья. Здоровье как личная и общественная ценность. Забота о здоровье как приоритетная задача человека и общества. Забота о здоровье как система мер по сбережению и укреплению здоровья. Осознание ценности здоровья, потребность в сохранении и укреплении здоровья, подлинная забота о нем, ответственность за свою жизнедеятельность как одни из основных показателей зрелости личности.

Принцип сочетания охранительной и тренирующей стратегий как основной принцип заботы о здоровье. Охранительная стратегия как стремление избежать вредные для организма воздействия, как стремление перестраховаться. Тренирующая стратегия (более рискованная и более творческая) как стремление грамотно повысить адаптационные возможности организма, чтобы в дальнейшем самостоятельно противостоять опасным для здоровья воздействиям окружающей среды.

Науки и отрасли знания, изучающие здоровье. Ортобиотика как учение о самосбережении здоровья и устойчивого жизненного оптимизма (по В.М.Шепелю). Гигиена как учение о влиянии условий жизни и труда на здоровье человека и др. Причины усиления внимания прогрессивной общественности к вопросам здоровья. Факторы неблагополучия и состояния здоровья большинства педагогов и учащихся. Проблемы

здоровья. Негативное воздействие нерационального обучения на здоровье участников учебно-воспитательного процесса как одна из приоритетных проблем образования.

Вопросы к семинару

1. Принцип триединого представления о здоровье: единство физического, психического и духовно-нравственного здоровья.
2. Общая характеристика наук и отраслей знания, изучающие здоровье.
3. Проблемы и факторы, влияющие на здоровье людей.
4. Охранительная и тренирующая стратегии заботы человека о своем здоровье.
5. Ортобиотика как учение о самосбережении здоровья и устойчивого жизненного оптимизма.

Тема 5. Основы здорового образа жизни личности.

Понятие образа жизни и его компоненты. Роль уровня, качества, стиля и уклада жизни в формировании и поддержании определенного образа жизни. Здоровый образ жизни. Группы факторов риска, влияющих на здоровье.

Валеология как область знаний о здоровом образе жизни. Разные подходы к определению понятия «валеология». Ортобиоз как разумный образ жизни, как системообразующее условие долголетней работоспособности человека (по И.И.Мечникову).

Основные проблемы формирования здорового образа жизни личности: благоприятное социальное окружение; духовно-нравственное благополучие; оптимальный двигательный режим (культура движений); закаливание организма; рациональное питание; личная гигиена; отказ от вредных пристрастий (курение, употребление алкогольных напитков, наркотических веществ); положительные эмоции.

Здоровый образ жизни личности как часть его общей культуры личности. Составляющие фундамента здорового образа жизни (в широком смысле): знания о единстве гармонии тела и духа; физические и интеллектуальные способности; активная жизненная позиция; позитивность и диалектичность мышления; способность выбирать оптимальные пути решения проблем; система отношений (психо-философская, психо-физическая, психо-социальная), используемая для регулирования своих действий и поведения; способность создания благоприятных условий жизнедеятельности; знания способов действий по сохранению и укреплению здоровья, способов обеспечения духовной и физической защиты против вредного воздействия окружающей среды; способность к самообразованию в вопросах здоровья и др.

Вопросы к семинару

1. Понятие образа жизни и его компоненты. Здоровый образ жизни.
2. Группы факторов риска, влияющих на здоровье
3. Вклад валеологии в решении проблем здорового образа жизни.
4. Содержание и основные проблемы формирования здорового образа жизни.

Тема 6. Основные направления формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.

Культура здоровья как необходимая составная часть общей культуры человека. Культура здоровья как уровень сформированности ценностного и грамотного отношения человека к здоровью – собственному и окружающих людей. Культура здоровья как совокупность представлений о единстве физического, психического и духовно-нравственного здоровья; об условиях полноценного здоровья; о причинах, разрушающих здоровье, и способах их профилактики и преодоления. Культура здоровья и деятельность личности.

Культура здоровья как система знаний, умений и навыков осуществления здорового образа жизни (в широком смысле). Условия полноценного здоровья: здоровый образ жизни (физическое здоровье); любовь, творчество, общение, чувство юмора, позитивность мышления и т.п. (психическое здоровье);

эмоционально-волевое и ценностное отношение к себе, человеку, жизни, природе, труду, обществу, познанию и другим высшим ценностям (духовно-нравственное здоровье). Два аспекта понятия здорового образа жизни. Здоровый образ жизни (в узком смысле) как система мер по сохранению, укреплению и улучшению физического здоровья. Здоровый образ жизни (в широком смысле) как совокупность мероприятий по организации всех сторон своего бытия, позволяющих увеличить продолжительность жизни и повысить ее качество. Основные направления формирования культуры здоровья:

- выработка установки на сохранение, поддержание и укрепление собственного здоровья; определение своего отношения к собственному здоровью (как к долгу или как к своему личному делу); обеспечение устойчивого интереса и грамотности в вопросах здоровья;
- формирование «здорового» мышления; мотивации ведения здорового образа жизни (в широком смысле); эмоционально-волевого и ценностного отношения к себе и всему окружающему, здоровью, культуре, жизни и т.д.;
- воспитание интеллектуальной свободы личности, ответственности за свою жизнедеятельность;
- выработка активной жизненной позиции, позитивного мышления, навыка саморегуляции и рефлексивной деятельности и др.

Вопросы к семинару

1. Общая характеристика культуры здоровья.
2. Характеристика условий для формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.
3. Основные направления формирования культуры здоровья.
4. Здоровый образ жизни и вредные привычки. Способы их преодоления

Тема 7. Здоровьесберегающие технологии в различных образовательных учреждениях.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольных образовательных учреждениях. Специфика формирования основ здорового образа жизни в дошкольных образовательных учреждениях.

Здоровьесберегающие технологии в школе. Принципы здоровьесбережения в современной школе. Организация рационального двигательного режима учащихся. Непрерывное мониторингирование состояния здоровья учащихся и своевременная коррекция возникающих отклонений.

Организация рационального учебно-воспитательного процесса с учётом возрастных и половых особенностей детей, а также в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями. Создание благоприятного психо-эмоционального климата в образовательном учреждении для комфортного пребывания детей. Педагогика сотрудничества; технологии развивающего обучения; технология уровневой дифференциации обучения на основе обязательных результатов; технология «раскрепощённого развития детей», разработанная физиологом В. Ф. Базарным; технология психологического сопровождения учебной группы разработанная М. Ю. Громовым и Н. К. Смирновым как модель внедрения в работу школы принципов психологии здоровья и педагогической психотерапии.

Специфика формирования основ здорового образа жизни в высших учебных заведениях. Студенческая молодежь и проблемы сексуального, воспитания. Профилактика табакокурения, алкоголизма и наркомании в студенческой среде.

Технологии здоровьесбережения в социально-культурных учреждениях и дополнительного образования. Использование арт-технологий и творческой деятельности с целью здоровьесбережения.

Вопросы к семинару:

1. Специфика формирования основ здорового образа жизни в дошкольных образовательных учреждениях
2. Здоровье школьников как педагогическая проблема.
3. Специфика формирования основ здорового образа жизни в высших учебных заведениях
4. Технологии здоровьесбережения в социально-культурных учреждениях и дополнительного образования.

Тема 8. Проектирование и организация здоровьесберегающей образовательной среды

Понятия «здоровьесберегающая среда обучения», «здоровьесберегающие технологии», их характеристика. Факторы порождающие Школьная образовательная среда как фактор порождающий нарушения здоровья детей. Здоровьесберегающие программы, их особенности. Здоровьесберегающие проекты для среднего и дополнительного образования. Технологии построения здоровьесберегающей среды обучения школьников. Здоровье школьников как педагогическая проблема. Использование многообразных программ по формированию мотиваций и навыков здорового использование личностно-ориентированных технологий как фактор проектирования и организации здоровьесберегающей образовательной среды. Методическое сопровождение деятельности педагога по реализации здоровьесберегающих образовательных технологий. Гигиенические требования при организации работы в компьютерном классе

Вопросы к семинару:

1. Общая характеристика понятий «здоровьесберегающая среда обучения», «здоровьесберегающие технологии». Взаимосвязь и взаимообусловленность.
2. Методическое сопровождение деятельности педагога по реализации здоровьесберегающих образовательных технологий.
3. Гигиенические требования при организации работы в компьютерном классе.
4. Проблемы проектирования и организации здоровьесберегающей образовательной среды в концепциях современных ученых.

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Во время учебного процесса широко применяются инновационные технологии по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии» для студентов: компьютерные презентации, проблемные лекции, семинары-дискуссии, онлайн-конференции, демонстрации с последующим обсуждением учебных и художественных фильмов, посещение спектаклей, соответствующих тематике курса.

Среди активных методов используются методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения.

На занятиях по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии» используется мультимедиа (комплекс программных средств, позволяющих применять персональный компьютер для работы не только с текстом, но и со звуком, графикой, анимацией, а также видео).

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии»

6.1. Балльно-рейтинговая структура оценки знаний студента (на один семестр):

1. Посещение лекций и семинаров – 2 балла за одно занятие.
2. Работа на семинаре (выступление с сообщением, самостоятельное изучение и освещение дополнительных вопросов курса) – 10 баллов.
3. Рубежный контроль – 10 баллов.
4. Контрольная работа – 15 баллов.
5. Премияльные – 5 баллов.

Итого: работа в течение семестра – максимально 70 баллов.

Шкала оценок экзамена (зачета)

«отлично» - 30 баллов,

«хорошо» - 20 баллов,

«удовлетворительно» - 15 баллов

Итоговое количество складывается из баллов, накопленных в течение семестра, и баллов, полученных на экзамене (зачете).

В течение семестра максимальное количество баллов – 70, на экзамене 30.

В итоге максимально 100 баллов.

Итоговая оценка (ставится в зачетку и в ведомость):

100 – 85 баллов – «отлично»

84-70 баллов – «хорошо»

69-55 баллов – «удовлетворительно»

Менее 55 баллов – «неудовлетворительно».

Критерии оценки ответов студентов на зачете по дисциплине

Достаточный уровень подготовки к зачёту, соответствующий оценке «зачтено» подразумевает:

– посещение всех занятий (лекции и семинарские занятия, контроль самостоятельной работы студентов);

– представление лекционного материала, конспекты семинарских занятий, отчеты по выполнению семинарских занятий, выполнение самостоятельной работы и творческих заданий;

– в целом знание всего учебного материала по курсу, выражающееся в соответствии излагаемого студентом материалу учебника, лекций и семинарских занятий

– чёткие правильные ответы на дополнительные вопросы, задаваемые экзаменатором с целью выяснить объём знаний студента.

6.2. Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы

1. Влияние экологических факторов на здоровый образ жизни подрастающего поколения.

2. Влияние наследственных заболеваний при формировании здорового поколения

3. Достижения, этические и юридические проблемы генных технологий и клонирования.

4. Роль ВОЗ и ЮНЕСКО в решении проблем охраны здоровья

5. Основные направления совершенствования охраны здоровья в РФ

6. Рациональное питание как один из критериев здорового образа жизни человека.

7. Здоровые интимные отношения и способы их построения.

8. Наркомания как социальное зло Педагогические технологии преодоления наркомании.

9. Курение как социальное зло в наше время. Педагогические технологии его преодоления

10. Проблемы женского алкоголизма. Педагогические технологии его преодоления

11. Вред аборта как социальная проблема.

12. Основные виды наркотических средств и особенности их применения молодежью.

13. Способы контрацепции как профилактика здоровья и избежания нежелательной беременности

14. СПИД- социальная болезнь XXI века.

15. О системе закаливания П.К.Иванова.

16. Улучшение зрения по системе Брэгга.

17. Ортобиоз как разумный образ жизни по И.И.Мечникову.

18. Ортобиотика как учение о самосбережении здоровья и устойчивого жизненного оптимизма по В.М.Шепелю.

19. Технология «раскрепощённого развития детей», разработанная физиологом В. Ф. Базарным.

20. Проблемы компьютерной зависимости. Пути преодоления.

Практические задания:

Задание 1 (к теме 1). Выступление с докладом.

В целях повышения качества подготовки и закрепления пройденного материала, студентам предлагаются следующие темы для выступления с докладами на семинаре:

- Роль государства, общественных движений и организаций в формировании здорового образа жизни детей и взрослых.
- Роль семьи, педагога, образовательного учреждения в здоровьесбережении подрастающего поколения.

Задание 2 (к теме 3). Выступление с сообщением по теме семинара.

В целях повышения качества подготовки и закрепления пройденного материала, студентам предлагаются следующие темы для выступления с небольшим сообщением на семинаре:

- Характеристика современных парадигм здоровья
- Индивидуальное здоровье и его составляющие.

Задание 3 (к теме 4). Выступление с докладом.

В целях повышения качества подготовки и закрепления пройденного материала, студентам предлагаются следующие темы для выступления с докладами на семинаре:

- Проблемы и факторы, влияющие на здоровье людей.
- Охранительная и тренирующая стратегии заботы человека о своем здоровье.

Задание 4 (к теме 7). Написание эссе.

В целях повышения качества подготовки и закрепления пройденного материала, студентам предлагаются следующие темы для написания эссе:

- Специфика формирования основ здорового образа жизни в дошкольных образовательных учреждениях
- Специфика формирования основ здорового образа жизни в высших учебных заведениях

6.3. Рубежный контроль

Из предложенных цитат выберите одну или приведите свою любимую цитату о здоровье и здоровом образе жизни. Изложите свои мысли (свою точку зрения) по поводу поднятых в тексте рассуждений.

1. Для соразмерности, красоты и здоровья требуется не только образование в области наук и искусства, но и занятия всю жизнь физическими упражнениями, гимнастикой. - Платон
2. «Здоровье есть высочайшее богатство человека» - Гиппократ
3. «Побороть дурные привычки легче сегодня, чем завтра» (Конфуций)
4. «Красота телесных форм всегда совпадает с понятием о здоровой силе, о деятельности жизненной энергии» - Лев Николаевич Толстой
5. «Общество более всего нуждается в оздоровлении его духа, и это зависит менее от власти, чем от нас» - Николай Семенович Лесков «Опьянение – добровольное сумасшествие» - Аристотель
6. «Мудрец будет скорее избегать болезней, чем выбирать средства против них» - Томас Мор
7. «Ходьба и движение способствуют игре мозга и работе мысли» - Жан Жак Руссо

8. «Будущее принадлежит медицине предохранительной. Эта наука, идя рука об руку с лечебной, приносит несомненную пользу человечеству» - Н. И. Пирогов
9. «Алкоголизм делает больше опустошения, чем три исторических бича вместе взятые: голод, чума и война» - Уильям Юарт Гладстон
10. «Алкоголь гораздо больше причиняет горя, чем радости, всему человечеству, хотя его и употребляют ради радости» - Иван Петрович Павлов
11. «Водка белая, но красит нос и чернит репутацию» - Антон Павлович Чехов
12. «В человеке должно быть все прекрасно: и лицо, и одежда, и душа, и мысли» - А.П.Чехов
13. «Начинаешь курить, чтобы доказать, что ты мужчина. Потом пытаешься бросить курить, чтобы доказать, что ты мужчина» - Жорж Симеон.
14. «Наркомания – это многолетнее наслаждение смертью» - Франсуа Мориак
15. Бедность идет по пятам за ленью, а болезнь - за невоздержанностью.- П. Буаст
16. Здоровье, сон и богатство может по настоящему оценить только тот, кто их потерял и обрел снова.- Жан Поль (Иоганн Пауль Фридрих Рихтер)
17. «Опьянение есть добровольное сумасшествие» (Аристотель)
18. "Мы живем не для того, чтобы есть, а едим для того, чтобы жить". Сократ
19. «Руководить привычками и создавать их — вот один из основных принципов руководства своим телом» (М. Зощенко).
20. «Нам сегодня нужно подумать о том, как на современном уровне, без занудства и пошлости, пропагандировать здоровый образ жизни» - Дмитрий Медведев .
21. «Результатом нашей работы должна стать осознанная молодым поколением необходимость в здоровом образе жизни, в занятиях физической культурой и спортом. Каждый молодой человек должен осознать, что здоровый образ жизни – это успех, его личный успех» - Владимир Путин

6.4. Зачет.

Состоит из двух вопросов, предложенных из списка ниже:

1. Государственные (отечественные и зарубежные) документы отражающие актуальность здоровьесбережения.
2. Методологические основы здоровьесберегающих технологий.
3. Сущность содержание основных понятий курса.
4. Государственные стандарты и требования к здоровьесберегающему образованию.
5. Характеристика современных парадигм здоровья
6. Здоровье и современные научно-технические достижения человечества.
7. Типы и классификация здоровьесберегающих технологий.
8. Общая характеристика функций здоровьесберегающих технологий.
9. Характеристика здоровьесберегающих и здоровьесформирующих образовательных технологии, по определению Н.К. Смирнова.
10. Сравнительная характеристика здоровьесберегающих технологий В.Д. Сонькина, А.М. Митяева, О.В. Петрова.
11. Понятие образа жизни и его компоненты. Здоровый образ жизни.
12. Группы факторов риска, влияющих на здоровье
13. Вклад валеологии в решении проблем здорового образа жизни.
14. Содержание и основные проблемы формирования здорового образа жизни.
15. Общая характеристика здоровьесберегающей образовательной среды.
16. Школьная образовательная среда как фактор риска, нарушающий здоровье учащихся,

17. 15.Здоровьесберегающие принципы учебной работы учащегося и педагога.
18. Здоровья как динамический процесс.
19. Понятие здоровой личности в различных теориях.
20. Роль семейного воспитания в формирование здорового образа жизни. поведения.
21. Индивидуальное здоровье и его составляющие.
22. Международные и отечественные стандарты здоровья.
23. Комплексная универсальная модель сохранения и укрепления здоровья - «Цветок потенциалов» В. А. Ананьева.
24. Понятие образа жизни и его компоненты. Здоровый образ жизни.
25. Группы факторов риска, влияющих на здоровье

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля), перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины.

а)основная литература:

1. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. - 2-е изд. ; испр. и доп. - М. : Юрайт, 2018. - 282 с. - (Образовательный процесс). - ISBN 978-5-534-07354-6 : 689.00.
2. Вайнер, Э. Н. Валеология : учеб. для вузов / Э. Н. Вайнер. - 8-е изд. ; перераб. - М. : Флинта : Наука, 2010. - 445, [1] с. : ил. табл. - Библиогр.: с. 445-446. - ISBN 978-5-89349-329-0. - ISBN 978-5-02-013095-1 : 215-49.
3. Васин, А. Я. Обеспечение безопасности труда [Электронный ресурс] : конспект лек. : для студентов заоч. формы обучения / А. Я. Васин ; Моск. гос. ун-т культуры и искусств. - М. : МГУКИ, 2011. - 90 с. - б. ц.
4. Власова, Л. М. Культура безопасности. Безопасность жизнедеятельности : совр. комплекс проблем безопасности: учеб.-метод. пособие для студентов вузов М-ва культуры РФ / Л. М. Власова, П. П. Ижевский, В. В. Сапронов ; Моск. гос. ун-т культуры и искусств. - М. : МГУКИ, 2009. - 184 с. : схем., табл. - Библиогр.: с.183-184. - ISBN 978-5-94778-208-0 : 123-;130-.
5. Марков, В. В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней : Учеб. пособие / В. В. Марков. - М. : ACADEMIA, 2001. - 318, [1] с. - (Высш. образование). - ISBN 5-7695-0360-2 : 59-.
6. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний : учебник и практикум / М. Н. Мисюк. - 3-е изд. ; пер. и доп. - М. : Юрайт, 2018. - 499 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-00398-7 : 919.00.
7. Петрушин, В. И. Психология здоровья [Электронный ресурс] : учебник / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. - 2-е изд. ; испр. и доп. - М. : Юрайт, 2018. - 431 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-04552-9 : 809.00.
8. Петряков, П. А. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Электронный ресурс] : учеб. пособие / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. - 2-е изд. ; испр. и доп. - М. : Юрайт, 2018. - 197 с. - (Университеты России). - ISBN 978-5-534-07603-5 : 519.00.
9. Петряков, П. А. Проектное обучение основам здорового образа жизни [Электронный ресурс] : учеб. пособие / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. - 2-е изд. ; испр. и доп. - М. : Юрайт, 2018. - 197 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-08556-3 : 519.00.
10. Печеркина, А. А. Профессиональное здоровье педагога [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. А. Печеркина, М. Г. Синякова, Н. И. Чуракова ; Печеркина А. А., Синякова

М. Г., Чуракова Н. И. - 2-е изд. ; пер. и доп. - М. : Юрайт, 2018. - 136 с. - (Образовательный процесс). - ISBN 978-5-534-09861-7 : 269.00.

11. Соломин, В. П. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений [Электронный ресурс] : Учебник и практикум / В. П. Соломин ; под общ. ред. В. П. Соломина. - М. : Юрайт, 2016. - 399 с. - (Бакалавр. Прикладной курс). - ISBN 978-5-9916-7987-9 : 560.00.
12. Тихомирова, Л. Ф. Здоровьесберегающая педагогика [Электронный ресурс] : учебник / Л. Ф. Тихомирова, Т. В. Макеева. - М. : Юрайт, 2018. - 251 с. - (Образовательный процесс). - ISBN 978-5-534-06930-3 : 629.00.
13. Трифонова, Т. А. Прикладная экология человека [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. - 2-е изд. ; испр. и доп. - М. : Юрайт, 2018. - 206 с. - (Университеты России). - ISBN 978-5-534-05280-0 : 529.00.

б) дополнительная литература:

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. - 3-е изд. - М. : Юрайт, 2018. - 493 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-02309-1 : 909.00.
2. Байер, К. Здоровый образ жизни / К. Байер, Л. Шейнберг ; Пер. с англ. М. Д. Гроздовой и др. - М. : Мир, 1997. - 368с : ил. - ISBN 5-03-002787-4 : 50-.
3. Коджаспирова, Г.М. Педагогика: учебник / Г. М. Коджаспирова. - М.: Гардарики, 2004. – 527 с.
4. Коджаспирова, Г. М. Педагогическая антропология [Электронный ресурс] : учеб. и практикум / Г. М. Коджаспирова. - М. : Юрайт, 2016. - 360 с. - ISBN 978-5-9916-7898-8 : 560.00.
5. Колесник, Н.Т. Клиническая психология: учеб. для акад. бакалавриата / Моск. гос. обл. ун-т. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : Юрайт, 2015. - 359 с.
6. Кравченко, А.И. Психология и педагогика: учебник / А. И. Кравченко. - М.: Проспект, 2007. – 400 с.
7. Краевский, В.В. Общие основы педагогики: учеб. пособие для студентов вузов / В. В. Краевский. - 4-е изд., стер. - М.: Академия, 2008. – 254 с.
8. Педагогика: учебник / под ред. Л. П. Крившенко. - М.: Проспект, 2008. – 428 с.
9. Педагогика: учеб. пособие / под ред. П. И. Пидкасистого. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Юрайт, 2011. - 502 с
10. Подласый, И. П. Педагогика: учебник / И. П. Подласый. - М. : Высш. образование: Юрайт-Издат, 2009. - 540 с.
11. Разумов, А. Н. Здоровье здорового человека (Основы восстановительной медицины) / А. Н. Разумов, В. А. Пономаренко, В. А. Пискунов ; Моск. центр проблем здоровья при Пр-ве Москвы; Под ред. В.С.Шинкаренко. - М. : Медицина, 1996. - 413 с. : ил. - ISBN 5-7386-0005-3 : 55-.
12. Реан, А. А. Психология и педагогика: учеб. пособие для студентов вузов / А. А. Реан, Н. В. Бордовская, С. И. Розум ; [под общ. ред. А. А. Реана]. - СПб. : Питер, 2009. 432 с.
13. Сластенин, В.А. Общая педагогика: учеб. пособие. В 2-х ч. Ч.2 / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; под ред. В.А. Сластенина. - М.: Владос, 2003. – 252 с.
14. Сластенин, В.А. Педагогика: учебник / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов. - М.: Академия, 2008. – 570 с.
15. Столяренко, А.М. Психология и педагогика : учеб. пособие для вузов / А. М. Столяренко. - Изд. 2-е ; перераб. и доп. - М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2008. - 526с.

Электронный ресурс: Юрайт <https://biblio-online.ru/>

в) Интернет-ресурсы, профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

1. справочно-правовая система «Консультант плюс» <http://www.consultant.ru/>

8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Учебным планом для студентов предусмотрена самостоятельная работа, необходимая для углубления и расширения их теоретических знаний, формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу, развития познавательных способностей и активности студентов, формирования самостоятельного мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации.

Формы самостоятельной работы студентов, выполняемые в рамках данного курса:

1. индивидуальное занятия (домашние занятия) – важный элемент в работе студента по расширению и закреплению знаний;
2. конспектирование лекций;
3. получение консультаций для разъяснения по вопросам изучаемой дисциплины;
4. самостоятельная подготовка студентами докладов к семинарским занятиям;
5. подготовка к занятиям, проводимым с использованием инновационных технологий преподавания;
6. анализ деловых ситуаций, решение задач и упражнений по образцу, вариативных задач и упражнений;
7. чтение и составление плана текста литературы по изучаемому вопросу (учебника, первоисточника, дополнительной литературы);
8. работа со словарями и справочниками;
9. ознакомление с нормативными документами;
10. просмотр видеозаписей по дисциплине;
11. посещение Интернет-сайтов, посвященных вопросам изучаемой дисциплины.

Организация самостоятельной работы включает в себя следующие этапы:

1. составление плана самостоятельной работы студента по дисциплине;
2. разработка и выдача заданий для самостоятельной работы;
3. организация консультаций по выполнению заданий (устный инструктаж, письменная инструкция);
4. контроль за ходом выполнения и результатов самостоятельной работы студента.

Контроль самостоятельной работы студентов осуществляется через различные формы контроля и обучения:

- консультации (установочные, тематические), в ходе которых студенты должны осмысливать полученную информацию, а преподаватель определить степень понимания темы и оказать необходимую помощь;
- следящий контроль осуществляется на лекциях, семинарских, практических занятиях. Он проводится в форме собеседования, устных ответов студентов, контрольных работ, тестов, организации дискуссий и диспутов, фронтальных опросов. Преподаватель фронтально просматривает наличие письменных работ, упражнений, задач, конспектов;
- текущий контроль осуществляется в ходе проверки и анализа отдельных видов самостоятельных работ, выполненных во внеаудиторное время;
- итоговый контроль осуществляется через систему зачетов и экзаменов, предусмотренных учебным планом.

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

Обучающимся по ОПОП обеспечен доступ к учебному плану, рабочей программе дисциплины в электронной форме, к электронно-библиотечной системе института, содержащей учебно-методические материалы по дисциплине в электронной форме, к информационным

справочным системам, которые используются при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, посредством электронной информационно-образовательной среды института из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (www.mgik.org); ход образовательного процесса по дисциплине фиксируется посредством электронной информационно-образовательной среды института (www.mgik.org); обеспечено формирование электронного портфолио обучающегося по дисциплине посредством электронной информационно-образовательной среды института (www.mgik.org). При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используется следующее лицензионное программное обеспечение:

Операционные системы:

☐ Windows 7 Professional

Пакет офисных программ:

☐ Microsoft Office 2016 Word

☐ Microsoft Office 2016 PowerPoint

Антивирусные программы:

☐ Kaspersky Endpoint Security

Другое ПО:

☐ Mozilla Firefox

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются электронно-библиотечные системы:

Электронно-библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>

Электронно-библиотечная система «Рукоонт» <https://rucont.ru/>

Электронная библиотека «Юрайт»

<https://biblio-online.ru/>

/

Научная электронная библиотека: <https://elibrary.ru/>

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Реализация учебной дисциплины осуществляется с использованием материально-технической базы, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий и научно-исследовательской работы обучающихся, предусмотренных программой учебной дисциплины и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам:

- аудитории, оборудованные мультимедийными средствами обучения;
- аудитории для проведения групповой работы, дискуссий;
- аудитории для проведения тренингов;
- комплект оборудования для проведения деловых игр (доски, планшеты, ватман, фломастеры и др.).

Документ составлен в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом рекомендаций ПроПОП ВО по направлению 50.03.01 Искусства и гуманитарные науки (профиль подготовки «Артпедагогика»)

Составитель: Флоря В.И., кандидат педагогических наук, доцент

Документ одобрен на заседании кафедры педагогики и психологии ФГКП МГИК от

____21.05.2019____ года, протокол №__10__

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
КУЛЬТУРЫ»

УТВЕРЖДАЮ:

Председатель учебно-
методического совета факультета
Государственной культурной
политики

Ипполитов С.С.



«28» мая 2019 года

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Б1.В.22 ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Направление подготовки:

50.03.01 Искусства и
гуманитарные науки

Профиль подготовки:

Артпедагогика

Квалификация

Бакалавр

выпускника:

Форма обучения: *очная*

Химки, 2019 г.

Проверяемые компетенции: ОК-6, ОК-7, ОК-8

ОК-6 – способность к самоорганизации и самообразованию;

ОК-7 – способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

ОК-8 - способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

Оценочные средства включают: сообщения, доклад, эссе, зачет.

Примерные задания:

1. Подготовка сообщения

Тема	Дата	Форма работы	Самостоятельная работа в часах
Концептуальные основы и современные требования к здоровьесберегающему образованию		Сообщение	3 час.
Здоровье человека и его составляющие		Сообщение	7 час.

Цель выполнения задания: задание ориентировано на совершенствование умений самостоятельно работать с психолого-педагогической литературой, с полученным фактическим материалом; на развитие педагогического мышления, индивидуально-творческого стиля деятельности, формирование профессиональных качеств речи будущего специалиста

Требования к оформлению сообщения

Сообщение – небольшой доклад (продолжительностью 3-5 мин.) на какую-либо тему, информация о каком-либо событии.

Работать над сообщением рекомендуется в следующей последовательности:

- изучить суть вопроса;
- хорошо продумать и составить план сообщения;
- тщательно продумать правильность изложенного в сообщении факта, систематизировать аргументы в его защиту или против.

Критерии рейтинговой оценки сообщения:

Критерии оценивания	Баллы
1. Убедительность: - хорошее понимание вопроса, стремление разъяснить его с научных позиций.	4
2. Эмоциональность: - умение интересно подать материал, наличие личностного отношения к нему.	3
3. Характеристика сообщения: - грамотность и логичность изложения материала.	3
Максимальный балл: 10	

2. Подготовка доклада

Раздел программы	Форма работы	Самостоятельная работа в часах
Основы культуры здоровья, роль здоровья в жизни, обучении и саморазвитии личности в школе	Доклад	7 час.

Цель выполнения задания: задание ориентировано на совершенствование умений самостоятельно работать с психолого-педагогической литературой в области воспитания, с полученным фактическим материалом; на развитие педагогического мышления, индивидуально-творческого стиля деятельности, формирование навыков исследовательской деятельности, развитие профессиональных качеств речи будущего специалиста.

Требования к оформлению доклада

Доклад — расширенное устное сообщение (10-15 мин.), на основе совокупности ранее опубликованных исследовательских, научных и опытно-экспериментальных работ, имеющих большое значение для теории науки и практического применения, представляет собой обобщённое изложение результатов проведённых исследований, экспериментов и разработок, известных широкому кругу специалистов в отрасли научных знаний.

Работать над докладом рекомендуется в следующей последовательности:

- глубоко изучить рекомендованную литературу по данному вопросу;
- критически оценивать привлекаемую для доклада научную литературу, подумать над правильностью и доказательностью выдвигаемых автором тех или иных положений;
- хорошо продумать и составить подробный план доклада;
- сопоставить рассматриваемые в изученных работах положения, факты, выделить в них общее и особенное, обобщить изученный материал в соответствии с намеченным планом доклада;
- тщательно продумать правильность изложенного в докладе того или иного положения, систематизировать аргументы в его защиту или против неправильных суждений;
- сделать необходимые ссылки на использованную в докладе психолого-педагогическую литературу, другие источники;
- подготовить необходимые к работе иллюстрации, умело использовать личные наблюдения, педагогический опыт и эксперименты.

Критерии рейтинговой оценки доклада:

Критерии оценивания	Баллы
1. Убедительность: - хорошее понимание вопроса, стремление разъяснить его с научных позиций.	4
2. Эмоциональность: - умение интересно подать материал, наличие личностного отношения к нему.	3
3. Характеристика сообщения: - грамотность и логичность изложения материала.	3
Максимальный балл:	10

3. Написание эссе.

Тема	Форма работы	Самостоятельная работа в часах
------	--------------	--------------------------------

Культура поликультурного и межнационального общения.	Эссе	7 час.
--	------	--------

Цель выполнения задания: задание ориентировано на развитие навыков самостоятельного творческого подхода к пониманию и осмыслению проблем знания, возможности его прикладного использования, а также навыков письменного изложения собственных мыслей и отношения к различным социально-педагогическим проблемам психолого-педагогической антропологии.

Уважаемые студенты!

Из предложенных цитат выберите одну или приведите свою любимую цитату о здоровье и здоровом образе жизни. Изложите свои мысли (свою точку зрения) по поводу поднятых в тексте рассуждений.

- ✓ Для соразмерности, красоты и здоровья требуется не только образование в области наук и искусства, но и занятия всю жизнь физическими упражнениями, гимнастикой. - Платон
- ✓ «Здоровье есть высочайшее богатство человека» - Гиппократ
- ✓ «Побороть дурные привычки легче сегодня, чем завтра» (Конфуций)
- ✓ «Красота телесных форм всегда совпадает с понятием о здоровой силе, о деятельности жизненной энергии» - Лев Николаевич Толстой
- ✓ «Общество более всего нуждается в оздоровлении его духа, и это зависит менее от власти, чем от нас» - Николай Семенович Лесков «Опьянение – добровольное сумасшествие» - Аристотель
- ✓ «Мудрец будет скорее избегать болезней, чем выбирать средства против них» - Томас Мор
- ✓ «Ходьба и движение способствуют игре мозга и работе мысли» - Жан Жак Руссо
- ✓ «Будущее принадлежит медицине предохранительной. Эта наука, идя рука об руку с лечебной, приносит несомненную пользу человечеству» - Н. И. Пирогов
- ✓ «Алкоголизм делает больше опустошения, чем три исторических бича вместе взятые: голод, чума и война» - Уильям Юарт Гладстон
- ✓ «Алкоголь гораздо больше причиняет горя, чем радости, всему человечеству, хотя его и употребляют ради радости» - Иван Петрович Павлов
- ✓ «Водка белая, но красит нос и чернит репутацию» - Антон Павлович Чехов
- ✓ «В человеке должно быть все прекрасно: и лицо, и одежда, и душа, и мысли» - А.П.Чехов
- ✓ «Начинаешь курить, чтобы доказать, что ты мужчина. Потом пытаешься бросить курить, чтобы доказать, что ты мужчина» - Жорж Симеон.
- ✓ «Наркомания – это многолетнее наслаждение смертью» - Франсуа Мориак
- ✓ Бедность идет по пятам за ленью, а болезнь - за невоздержанностью. - П. Буаст
- ✓ Здоровье, сон и богатство может по настоящему оценить только тот, кто их потерял и обрел снова. - Жан Поль (Иоганн Пауль Фридрих Рихтер)
- ✓ «Опьянение есть добровольное сумасшествие» (Аристотель)
- ✓ "Мы живем не для того, чтобы есть, а едим для того, чтобы жить". Сократ
- ✓ «Руководить привычками и создавать их — вот один из основных принципов руководства своим телом» (М. Зощенко).
- ✓ «Нам сегодня нужно подумать о том, как на современном уровне, без занудства и пошлости, пропагандировать здоровый образ жизни» - Дмитрий Медведев .
- ✓ «Результатом нашей работы должна стать осознанная молодым поколением необходимость в здоровом образе жизни, в занятиях физической культурой и

спортом. Каждый молодой человек должен осознать, что здоровый образ жизни – это успех, его личный успех» - Владимир Путин

- **Основные требования к написанию эссе**

- **Эссе** – это самостоятельная письменная работа на тему, предложенную преподавателем соответствующей дисциплины или самостоятельно избранная студентом по проблематике читаемого курса.

- В эссе- мини-сочинение (150-250 слов) вам следует раскрыть выбранную тему в теоретических связях и обоснованиях, с использованием психолого-педагогических категорий, определений, терминологии. Опираясь на факты современной общественной жизни и собственный жизненный опыт аргументируйте (3-4 тезиса) обоснуйте собственное мнение. Если вы не согласны с автором, приведите свои аргументы, почему вы не согласны с автором. В чём состоит Ваша собственная позиция по данной проблеме.

- В эссе может быть также реализован сравнительно-аналитический подход к освещению педагогических феноменов в современной отечественной и зарубежной литературе.

- В эссе может быть реализована попытка самостоятельного осмысления того или иного аспекта практического применения научных знаний.

По своей структуре эссе содержит следующие разделы:

- 1. титульный лист;
- 2. содержание, или краткий план, выполняемой работы;
- 3. введение;
- 4. основную часть;
- 5. заключение;
- 6. список использованной литературы (библиография).

- **Требования к оформлению и содержанию эссе**

- **Эссе** должно быть напечатано 14 шрифтом через 1,5 интервала (MS Word), общим объемом до 10 страниц. Страницы эссе должны иметь сквозную нумерацию. Первой страницей является титульный лист, на котором номер страницы не проставляется.

- **Введение**

- Введение должно включать обоснование интереса выбранной темы, ее актуальность и/или практическую значимость. Важно учесть, что заявленная тема должна быть адекватна раскрываемому в эссе содержанию, иначе говоря, не должно быть рассогласования в названии и содержании работы.

- **Основная часть**

- Основная часть предполагает последовательное, логичное и доказательное раскрытие заявленной темы эссе с ссылками на использованную и доступную литературу, в том числе электронные источники информации. Каждый из используемых и цитируемых литературных источников должен иметь соответствующую ссылку.

- **Примеры ссылок**

- Цитата – должна быть дословной, заключается в кавычки, рядом в скобках указывается фамилия автора, год издания, соответствующая страница. Например: (Абульханова-Славская, 2013, с. 12).

- Пересказ мысли в кавычки не заключается. Главное – уметь пересказать близко к тексту, не искажая основной мысли автора. Но ссылка при этом также

обязательна, однако достаточно указать имя автора и год издания источника. Например: (Абульханова-Славская, 2013).

-
- Если источник из Интернета:
- Gartner P.GlobalisierungalsEpochenbruch? / <http://opentheory.ru/gk-sachsen-3/text.phtml>.

- Сноски можно делать и по-другому, в квадратных скобках. Например: [5, с. 25] или [3; 10; 15]. Первая цифра означает номер источника в списке использованной литературы, вторая – страницу, на которой изложена мысль, которую Вы используете. Через точку с запятой разделяются несколько источников.

- Культура оформления письменной работы, и в частности эссе обязательно включает наличие выводов по каждому разделу и общего заключения.

- **Заключение**

- Обычно содержит до 1 страницы текста, в котором отмечаются достигнутые цели и задачи, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме и перспективные направления возможных исследований по данной тематике.

-

- **Литература**

- Должны быть обозначены несколько литературных источников, среди которых может быть представлен только один учебник, поскольку эссе предполагает умение работать с научными источниками, к которым относятся монографии, научные сборники, статьи в периодических изданиях.

-

- Эссе может стать основой для написания реферата по данной проблематике.

-

- **Критерии рейтинговой оценки эссе:**

-

Критерии оценивания	Баллы
Самостоятельность выполнения работы	1
Творческий подход к осмыслению предложенной темы	2
Способность аргументировать основные положения и выводы	2
Обоснованность, доказательность и оригинальность постановки и решения проблемы	2
Чёткость и лаконичность изложения собственных мыслей	1
Использование литературных источников и их грамотное оформление	1
Оформление эссе соответствует всем требованиям	1
Максимальный балл: 10	

-

4. Зачет.

Состоит из двух вопросов, предложенных из списка ниже:

1. Государственные (отечественные и зарубежные) документы отражающие актуальность здоровьесбережения.
2. Методологические основы здоровьесберегающих технологий.
3. Сущность содержание основных понятий курса.
4. Государственные стандарты и требования к здоровьесберегающему образованию.

5. Характеристика современных парадигм здоровья
6. Здоровье и современные научно-технические достижения человечества.
7. Типы и классификация здоровьесберегающих технологий.
8. Общая характеристика функций здоровьесберегающих технологий.
9. Характеристика здоровьесберегающих и здоровьесформирующих образовательных технологии, по определению Н.К. Смирнова.
10. Сравнительная характеристика здоровьесберегающих технологий В.Д. Сонькина, А.М. Митяева, О.В. Петрова.
11. Понятие образа жизни и его компоненты. Здоровый образ жизни.
12. Группы факторов риска, влияющих на здоровье
13. Вклад валеологии в решении проблем здорового образа жизни.
14. Содержание и основные проблемы формирования здорового образа жизни.
15. Общая характеристика здоровьесберегающей образовательной среды.
16. Школьная образовательная среда как фактор риска, нарушающий здоровье учащихся,
17. 15.Здоровьесберегающие принципы учебной работы учащегося и педагога.
18. Здоровья как динамический процесс.
19. Понятие здоровой личности в различных теориях.
20. Роль семейного воспитания в формирование здорового образа жизни. поведения.
21. Индивидуальное здоровье и его составляющие.
22. Международные и отечественные стандарты здоровья.
23. Комплексная универсальная модель сохранения и укрепления здоровья - «Цветок потенциалов» В. А. Ананьева.
24. Понятие образа жизни и его компоненты. Здоровый образ жизни.
25. Группы факторов риска, влияющих на здоровье

Критерии рейтинговой оценки на зачете:

Критерии оценивания	Баллы
1. Убедительность: - хорошее понимание вопроса, стремление разъяснить его с научных позиций.	10
2. Эмоциональность: - умение интересно подать материал, наличие личностного отношения к нему.	10
3. Характеристика изложения материала: - грамотность и логичность изложения материала.	10
Максимальный балл: 30	

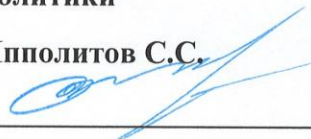
•
Составитель: Флоря В.И., кандидат педагогических наук, доцент

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
КУЛЬТУРЫ»

УТВЕРЖДАЮ:

Председатель учебно-
методического совета факультета
Государственной культурной
политики

Ипполитов С.С.



«28» мая 2019 года

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Б1.В.22 ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Направление подготовки:

50.03.01 Искусства и
гуманитарные науки

Профиль подготовки:

Артпедагогика

Квалификация

Бакалавр

выпускника:

Форма обучения: *очная*

Химки, 2019 г.

Введение

Самостоятельная работа по дисциплине *Здоровьесберегающие технологии* является важнейшей частью образовательного процесса, дидактическим средством развития готовности будущих бакалавров к профессиональной деятельности, средством приобретения навыков и компетенций, соответствующих ФГОС ВО.

Все виды самостоятельной работы определены учебными программами дисциплин, согласно трудоемкости, определенной учебным планом.

Программой подготовки бакалавров предусмотрены:

- самостоятельная работа студентов (СРС) по дисциплинам учебного плана, которая организуется преподавателем, обеспечивающим дисциплину в аудиторное время;
- СРС, выполняемая без непосредственного участия преподавателя, но по его заданию в специально отведённое время (внеаудиторное).

Важным элементом самостоятельной работы является развитие навыков самоконтроля освоения компетенций, которыми он должен владеть.

Цель и задачи организации самостоятельной работы

Целью самостоятельной работы студентов является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

Задачами самостоятельной работы студентов являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений;
- использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на семинарах, на практических занятиях, при написании контрольных и курсовых и работ позволит обеспечить эффективную подготовку выпускной квалификационной работ.

Обязательная самостоятельная работа обеспечивает подготовку студента к текущим аудиторным занятиям. Результаты этой подготовки проявляются в активности студента на занятиях и качественном уровне представленных докладов, выполненных контрольных работ, тестовых заданий и других форм текущего контроля. Баллы, полученные студентом по результатам аудиторной работы, формируют рейтинговую оценку текущей успеваемости студента по дисциплине.

Контролируемая самостоятельная работа направлена на углубление и закрепление знаний студента, развитие аналитических навыков по проблематике дисциплины. Подведение итогов и контроль за результатом таких форм самостоятельной работы осуществляется во время контактных часов с преподавателем. Баллы, полученные по этим видам работы, формируют оценку по контролируемой самостоятельной работе и учитываются при итоговой аттестации по дисциплине.

Тесная взаимосвязь разных видов самостоятельной работы предусматривает дифференциацию и эффективность результатов её выполнения и зависит от организации,

содержания, логики образовательного процесса (межпредметных связей, перспективных знаний и др.):

- аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях, под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию;
- внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Аудиторная самостоятельная работа – учебная ситуация, при которой студент вынужден непосредственно и активно действовать. Основная задача преподавателя – обучение студента способам самостоятельной работы с материалом, поиску нужного материала, умению перерабатывать и интерпретировать его.

Основными видами самостоятельной работы студентов с участием преподавателей являются:

- текущие консультации;
- коллоквиум как форма контроля освоения теоретического содержания дисциплин: (в часы консультаций, предусмотренных учебным планом);
- выполнение курсовых работ (проектов) в рамках дисциплин (руководство, консультирование и защита курсовых работ (в часы, предусмотренные учебным планом);
- выполнение учебно-исследовательской работы (руководство, консультирование и защита УИРС);
- прохождение и оформление результатов практик (руководство и оценка уровня сформированности профессиональных умений и навыков);
- выполнение выпускной квалификационной работы (руководство, консультирование и защита выпускных квалификационных работ) и др.

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов (без участия преподавателя) – это усвоение содержания образования и формирование профессиональных компетенций во внеаудиторное время по темам или разделам тем, определённым рабочей программой учебной дисциплины для самостоятельного изучения.

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- написание рефератов;
- подготовка к семинарам и лабораторным работам, их оформление;
- составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.);
- подготовка рецензий на статью, пособие;
- выполнение микроисследований;
- подготовка практических разработок;
- компьютерный текущий самоконтроль и контроль успеваемости на базе электронных обучающих и аттестующих тестов.

Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии»

Формы самостоятельной работы:

<i>№ п/п</i>	<i>Темы дисциплины</i>	<i>Форма самостоятельной работы</i>	<i>Трудоем кость в часах</i>
------------------	----------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

1.	Концептуальные основы и современные требования к здоровьесберегающему образованию	Анализ и конспектирование основной и дополнительной литературы, предлагаемой к изучению темы. Подготовка сообщения.	3
2.	Современные концепции здоровьесберегающего образования.	Работа с учебно-методической и научной литературой. Поиск информации в Интернете по заданной теме. Подготовка сообщения.	7
3.	Здоровье человека и его составляющие	Анализ и конспектирование основной и дополнительной литературы, предлагаемой к изучению темы.	7
4.	Основы культуры здоровья, роль здоровья в жизни, обучении и саморазвитии личности.	Работа с учебно-методической и научной литературой. Поиск информации в Интернете по заданной теме. Подготовка доклада.	7
5.	Основы здорового образа жизни личности.	Анализ и конспектирование основной и дополнительной литературы, предлагаемой к изучению темы.	7
6.	Основные направления формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.	Анализ и конспектирование основной и дополнительной литературы, предлагаемой к изучению темы.	7
7.	Культура поликультурного и межнационального общения	Анализ и конспектирование основной и дополнительной литературы, предлагаемой к изучению темы. Подготовка эссе.	7
8.	Принципы и пути формирования поликультурной образовательной среды в различных учебных заведениях	Работа с учебно-методической и научной литературой. Поиск информации в Интернете по заданной теме.	9

Организация СРС

Методика организации самостоятельной работы студентов зависит от структуры, характера и особенностей изучаемой дисциплины, объёма часов на её изучение, вида заданий для самостоятельной работы, индивидуальных качеств обучающегося и условий образовательной деятельности.

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

- **подготовительный** (определение целей, составление программы, подготовка методического обеспечения, подготовка оборудования);

- **основной** (реализация программы, использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения, передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы);

• **заключительный** (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, оценка эффективности программы и приемов работы, выводы о направлениях оптимизации труда).

Подведение итогов и оценка результатов контролируемой самостоятельной работы осуществляется во время контактных часов с преподавателем. Контактные часы с преподавателем могут быть организованы в виде:

- тестового контроля (преподаватель лишь фиксирует отметку, которую выставляет программа);
- консультация преподавателя, фиксированная в графике по кафедре.

Контроль выполнения самостоятельной работы

Результаты самостоятельной работы оцениваются и учитываются в ходе текущей, промежуточной аттестации студента по изучаемой дисциплине.

Форма оценки результатов работы по изучаемой дисциплине может быть различна (по усмотрению преподавателя).

№ п/п	Темы дисциплины	Формы текущего контроля успеваемости Форма промежуточной аттестации
1.	Концептуальные основы и современные требования к здоровьесберегающему образованию	Сообщение
2.	Современные концепции здоровьесберегающего образования.	Проверка конспектов основной и дополнительной литературы, предлагаемой к изучению темы
3.	Здоровье человека и его составляющие	Сообщение
4.	Основы культуры здоровья, роль здоровья в жизни, обучении и саморазвитии личности.	Доклад
5.	Основы здорового образа жизни личности.	Проверка конспектов основной и дополнительной литературы, предлагаемой к изучению темы
6.	Основные направления формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.	Проверка конспектов основной и дополнительной литературы, предлагаемой к изучению темы
7.	Культура поликультурного и межнационального общения	Эссе
8.	Принципы и пути формирования поликультурной образовательной среды в	Проверка конспектов основной и дополнительной литературы, предлагаемой к изучению темы

	различных учебных заведениях	
--	---------------------------------	--

Методические рекомендации для студентов по отдельным формам самостоятельной работы

Система вузовского обучения подразумевает большую долю (до 75% времени на освоение учебной дисциплины) самостоятельности студентов в планировании и организации своей деятельности.

Работа с учебной литературой

При работе с учебной литературой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги.

Правильный подбор учебной литературы рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература указана в методических разработках по данному курсу.

Изучая материал по выбранной литературе, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода).

Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем.

Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались.

Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые понятия. Такой лист помогает запомнить основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента.

Различают два вида чтения: первичное и вторичное.

Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах. После него не должно остаться ни одного непонятного слова. Содержание не всегда может быть понятно после первичного чтения.

Задача *вторичного* чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым).

Правила самостоятельной работы с литературой

Как уже отмечалось, самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Выделяют **четыре основные установки в чтении научного текста**:

1. информационно-поисковый (задача – найти, выделить искомую информацию)
2. усваивающая (усилия читателя направлены на то, чтобы как можно полнее осознать и запомнить как сами сведения излагаемые автором, так и всю логику его рассуждений)
3. аналитико-критическая (читатель стремится критически осмыслить материал, проанализировав его, определив свое отношение к нему)

4. творческая (создает у читателя готовность в том или ином виде – как отправной пункт для своих рассуждений, как образ для действия по аналогии и т.п. – использовать суждения автора, ход его мыслей, результат наблюдения, разработанную методику, дополнить их, подвергнуть новой проверке).

С наличием различных установок обращения к научному тексту связано существование и нескольких **видов чтения**:

1. библиографическое – просматривание карточек каталога, рекомендательных списков, сводных списков журналов и статей за год и т.п.;

2. просмотровое – используется для поиска материалов, содержащих нужную информацию, обычно к нему прибегают сразу после работы со списками литературы и каталогами, в результате такого просмотра читатель устанавливает, какие из источников будут использованы в дальнейшей работе;

3. ознакомительное – подразумевает сплошное, достаточно подробное прочтение отобранных статей, глав, отдельных страниц, цель – познакомиться с характером информации, узнать, какие вопросы вынесены автором на рассмотрение, провести сортировку материала;

4. изучающее – предполагает доскональное освоение материала; в ходе такого чтения проявляется доверие читателя к автору, готовность принять изложенную информацию, реализуется установка на предельно полное понимание материала;

5. аналитико-критическое и творческое чтение – два вида чтения близкие между собой тем, что участвуют в решении исследовательских задач. Первый из них предполагает направленный критический анализ, как самой информации, так и способов ее получения и подачи автором; второе – поиск тех суждений, фактов, по которым или в связи с которыми, читатель считает нужным высказать собственные мысли.

Из всех рассмотренных видов чтения основным для студентов является изучающее – именно оно позволяет в работе с учебной литературой накапливать знания в различных областях. Вот почему именно этот вид чтения в рамках учебной деятельности должен быть освоен в первую очередь. Кроме того, при овладении данным видом чтения формируются основные приемы, повышающие эффективность работы с научным текстом.

Основные виды систематизированной записи прочитанного:

1. **Аннотирование** – предельно краткое связное описание просмотренной или прочитанной книги (статьи), ее содержания, источников, характера и назначения;

2. **Планирование** – краткая логическая организация текста, раскрывающая содержание и структуру изучаемого материала;

3. **Тезирование** – лаконичное воспроизведение основных утверждений автора без привлечения фактического материала;

4. **Цитирование** – дословное выписывание из текста выдержек, извлечений, наиболее существенно отражающих ту или иную мысль автора;

5. **Конспектирование** – краткое и последовательное изложение содержания прочитанного.

Конспект – сложный способ изложения содержания книги или статьи в логической последовательности. Конспект аккумулирует в себе предыдущие виды записи, позволяет всесторонне охватить содержание книги, статьи. Поэтому умение составлять план, тезисы, делать выписки и другие записи определяет и технологию составления конспекта.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;
3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;
4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.
5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля.

Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Самопроверка

После изучения определенной темы по записям в конспекте и учебнику, а также решения обсуждения проблемы на семинарских занятиях студенту рекомендуется, используя лист опорных сигналов, воспроизвести по памяти определения, выводы и формулировки основных положений и доказательств.

В случае необходимости нужно еще раз внимательно разобраться в материале.

Иногда недостаточность усвоения того или иного вопроса выясняется только при изучении дальнейшего материала. В этом случае надо вернуться назад и повторить плохо усвоенный материал. Важный критерий усвоения теоретического материала - пройти тестирование по пройденному материалу. Однако следует помнить, что правильное решение теста может получиться в результате применения механически заученных без понимания сущности теоретических положений.

Самопроверка включает:

- умение следить за собой: за своим поведением, речью, действиями и поступками, понимая при этом всю меру ответственности за них;
- умение контролировать степень понимания и степень прочности усвоения знаний и умений, познаваемых в учебном заведении, в коллективе, дома;
- умение критически оценивать результаты своей познавательной деятельности, вообще – своих действий, поступков, труда (самооценка).

Самоконтроль учит ценить свое время, вырабатывает дисциплину труда (физического и умственного), позволяет вовремя заметить свои ошибки, вселяет веру в успешное использование знаний и умений на практике.

Самоконтроль вырабатывается и в учебной практике. Способы самоконтроля могут быть следующими:

- перечитывание написанного текста и сравнение его с текстом учебной книги;
- повторное перечитывание материала с продумыванием его по частям;
- пересказ прочитанного;
- составление плана, тезисов, формулировок ключевых положений текста по памяти;
- рассказывание с опорой на иллюстрации, опорные положения;

- участие во взаимопроверке (анализ и оценка устных ответов, практических работ своих товарищей; дополнительные вопросы к их ответам; сочинения-рецензии и т.п.).

Самоконтроль является необходимым элементом учебного труда, прежде всего потому, что он способствует глубокому и прочному овладению знаниями.

Использование самоконтроля в учебной деятельности позволяет студенту оценивать эффективность и рациональность применяемых приемов и методов умственного труда, находить в нем допускаемые недочеты и на этой основе проводить необходимую его коррекцию.

И конечно, необходимо отметить большое воспитательное значение самоконтроля как оценочно-результативного компонента учебной деятельности. Овладение умениями самоконтроля приучает студентов к планированию учебного труда, способствует углублению их внимания, памяти и выступает как важный фактор развития познавательных способностей.

Консультации

Если в процессе самостоятельной работы над изучением теоретического материала или при решении практических задач у студента возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения у него разъяснений или указаний. В своих вопросах студент должен четко выразить, в чем он испытывает затруднения, характер этого затруднения. За консультацией следует обращаться и в случае, если возникнут сомнения в правильности ответов на вопросы самопроверки.

Правила написания научных текстов (рефератов, эссе, докладов и др. работ):

- Важно разобраться сначала, какова истинная цель научного текста - это поможет студенту разумно распределить свои силы и время.
- Важно разобраться, кто будет «читателем» Вашей работы.
- Писать серьезные работы следует тогда, когда есть о чем писать и когда есть настроение поделиться своими рассуждениями.
- Как создать у себя подходящее творческое настроение для работы над научным текстом (как найти «вдохновение»)?

Во-первых, должна быть идея, а для этого нужно научиться либо относиться к разным явлениям и фактам несколько критически (своя идея – как иная точка зрения), либо научиться увлекаться какими-то известными идеями, которые нуждаются в доработке (идея – как оптимистическая позиция и направленность на дальнейшее совершенствование уже известного).

Во-вторых, важно уметь отвлекаться от окружающей суеты (многие талантливые люди просто «пропадают» в этой суете), для чего важно уметь выделять важнейшие приоритеты в своей учебно-исследовательской деятельности.

В-третьих, научиться организовывать свое время, ведь, как известно, свободное (от всяких глупостей) время – важнейшее условие настоящего творчества, для него наконец-то появляется время. Иногда именно на организацию такого времени уходит немалая часть сил и талантов.

Писать следует ясно и понятно, основные положения формулировать четко и недвусмысленно (чтобы и самому понятно было), а также стремясь структурировать свой текст. Каждый раз надо представлять, что ваш текст будет кто-то читать и ему захочется сориентироваться в нем, быстро находить ответы на интересующие вопросы (заодно представьте себя на месте такого человека).

Объем текста и различные оформительские требования во многом зависят от принятых в учебном заведении порядков.

ДОКЛАД

Цель доклада зависит от целей обобщения материала, который будет содержаться в докладе.

Из цели доклада можно выделить несколько основных задач, которые будут сформированы исходя из полного и разностороннего раскрытия темы в докладе. Обычно выделяют от трех до шести-семи основных задач. Решение этих задач (освещение вопросов, которые включаются в эту тему) может быть решено в строгой последовательности, однако в некоторых случаях возможны варианты последовательности таких задач.

Для доклада необходимо четко представлять, что есть предмет и объект доклада. Объект доклада – рассматриваемое явление или физический объект. Предмет доклада – исследуемое отношение, которое связано с данным объектом. Понимание объекта и предмета доклада необходимо для разностороннего раскрытия темы и исключения смешения материала с материалом, касающемся других объектов и предметов, которые не связаны с основной темой, или не важны для раскрытия данной темы.

После уяснения цели и задач доклада необходимо сформировать план. Этот план определяет основные разделы доклада (пункты) в зависимости от поставленных задач.

Материал для доклада необходимо подбирать, обращая особое внимание на следующие его характеристики:

- отношение к теме исследования;
- компетентность автора материала;
- конкретизация и подробность;
- новизна;
- научность и объективность;
- значение для исследования.

Источник материала: периодические издания, научная литература, материала научных конференций, Интернет- ресурсы. При выборе, например, периодического издания для поиска материала необходимо учитывать общую направленность такого издания, целевую аудиторию. При использовании Интернет- источников важно иметь в виду, что в них материал может быть ошибочным или неполным, так как глобальная сеть доступна для большого количества пользователей и их квалификация также может различаться. При подборе литературных источников важен год издания, основные цели такого издания. Целевая аудитория и цели книга обычно находятся в введении.

При изложении материала нужно плавно переходить от одного вопроса к следующему, желательно обобщать материал каждого пункта (раздела) доклада используя такие слова, как «таким образом», «итак», «необходимо подчеркнуть» и т.п. Такие обобщения гарантируют правильное и полное восприятие материала аудиторией.

Если в материале используются цитаты или определения других авторов, то необходимо ссылаться на таких авторов.

В конце доклада, должен быть краткий вывод, который показывает, насколько цель доклада была выполнена. В выводе (заключении) должны быть отражены все задачи и степень их выполнения.

Подготовка к экзаменам и зачетам

Изучение многих общепрофессиональных и специальных дисциплин завершается экзаменом. Подготовка к экзамену способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На экзамене студент демонстрирует то, что он приобрел в процессе обучения по конкретной учебной дисциплине.

Экзаменационная сессия - это серия экзаменов, установленных учебным планом. Между экзаменами интервал 3-4 дня.

В эти 3-4 дня нужно систематизировать уже имеющиеся знания. На консультации перед экзаменом студентов познакомят с основными требованиями, ответят на возникшие у них вопросы. Поэтому посещение консультаций обязательно.

Требования к организации подготовки к экзаменам те же, что и при занятиях в течение семестра, но соблюдаться они должны более строго.

Во-первых, очень важно соблюдение режима дня; сон не менее 8 часов в сутки, занятия заканчиваются не позднее, чем за 2-3 часа до сна. Оптимальное время занятий - утренние и дневные часы.

Во-вторых, наличие хороших собственных конспектов лекций. Даже в том случае, если была пропущена какая-либо лекция, необходимо во время ее восстановить, обдумать, снять возникшие вопросы для того, чтобы запоминание материала было осознанным.

В-третьих, при подготовке к экзаменам у студента должен быть хороший учебник или конспект литературы, прочитанной по указанию преподавателя в течение семестра. Здесь можно эффективно использовать листы опорных сигналов.

Вначале следует просмотреть весь материал по сдаваемой дисциплине, отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов.

Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время экзаменационной сессии для систематизации знаний.

ЭССЕ

Эссе - это прозаическое сочинение небольшого объема и свободной композиции, выражающее индивидуальные впечатления и соображения по конкретному поводу или вопросу и заведомо не претендующее на определяющую или исчерпывающую трактовку предмета.

Признаки эссе:

- наличие конкретной темы или вопроса. Произведение, посвященное анализу широкого круга проблем, по определению не может быть выполнено в жанре эссе.
- эссе выражает индивидуальные впечатления и соображения по конкретному поводу или вопросу и заведомо не претендует на определяющую или исчерпывающую трактовку предмета.
- как правило, эссе предполагает новое, субъективно окрашенное слово о чем-либо, такое произведение может иметь философский, историко-биографический, публицистический, литературно-критический, научно-популярный или чисто беллетристический характер.
- в содержании эссе оцениваются в первую очередь личность автора - его мировоззрение, мысли и чувства.

Цель эссе состоит в развитии таких навыков, как самостоятельное творческое мышление и письменное изложение собственных мыслей.

Написание эссе чрезвычайно полезно, поскольку это позволяет автору научиться четко и грамотно формулировать мысли, структурировать информацию, использовать основные понятия, выделять причинно-следственные связи, иллюстрировать опыт соответствующими примерами, аргументировать свои выводы.

С точки зрения содержания эссе бывают:

По литературной форме эссе предстают в виде:

- рецензии,
- лирической миниатюры,
- заметки,

- странички из дневника,
- письма и др.

Различают также эссе:

- описательные,
- повествовательные,
- рефлексивные,
- критические,
- аналитические и др.

Признаки эссе

1. Небольшой объем.

Каких-либо жестких границ, конечно, не существует. Объем эссе - от трех до семи страниц компьютерного текста. Например, в Гарвардской школе бизнеса часто пишутся эссе всего на двух страницах. В российских университетах допускается эссе до десяти страниц, правда, машинописного текста.

2. Конкретная тема и подчеркнуто субъективная ее трактовка.

Тема эссе всегда конкретна. Эссе не может содержать много тем или идей (мыслей). Оно отражает только один вариант, одну мысль. И развивает ее. Это ответ на один вопрос.

3. Свободная композиция - важная особенность эссе.

Исследователи отмечают, что эссе по своей природе устроено так, что не терпит никаких формальных рамок. Оно нередко строится вопреки законам логики, подчиняется произвольным ассоциациям, руководствуется принципом "Всё наоборот".

4. Непринужденность повествования.

Автору эссе важно установить доверительный стиль общения с читателем; чтобы быть понятным, он избегает намеренно усложненных, неясных, излишне строгих построений. Исследователи отмечают, что хорошее эссе может написать только тот, кто свободно владеет темой, видит ее с различных сторон и готов предъявить читателю не исчерпывающий, но многоаспектный взгляд на явление, ставшее отправной точкой его размышлений.

5. Склонность к парадоксам.

Эссе призвано удивить читателя (слушателя) - это, по мнению многих исследователей, его обязательное качество. Отправной точкой для размышлений, воплощенных в эссе, нередко является афористическое, яркое высказывание или парадоксальное определение, буквально сталкивающее на первый взгляд бесспорные, но взаимоисключающие друг друга утверждения, характеристики, тезисы.

6. Внутреннее смысловое единство

Возможно, это один из парадоксов жанра. Свободное по композиции, ориентированное на субъективность, эссе вместе с тем обладает внутренним смысловым единством, т.е. согласованностью ключевых тезисов и утверждений, внутренней гармонией аргументов и ассоциаций, непротиворечивостью тех суждений, в которых выражена личностная позиция автора.

7. Ориентация на разговорную речь

В то же время необходимо избегать употребления в эссе сленга, шаблонных фраз, сокращения слов, чересчур легкомысленного тона. Язык, употребляемый при написании эссе, должен восприниматься серьезно.

Правила написания эссе

1. Из формальных правил написания эссе можно назвать только одно - наличие заголовка.

2. Внутренняя структура эссе может быть произвольной. Поскольку это малая форма письменной работы, то не требуется обязательное повторение выводов в конце, они могут быть включены в основной текст или в заголовок.

3. Аргументация может предшествовать формулировке проблемы. Формулировка проблемы может совпадать с окончательным выводом.

Правила подготовки к зачетам и экзаменам:

- Лучше сразу сориентироваться во всем материале и обязательно расположить весь материал согласно экзаменационным вопросам (или вопросам, обсуждаемым на семинарах), эта работа может занять много времени, но все остальное – это уже технические детали (главное – это ориентировка в материале).

- Сама подготовка связана не только с «запоминанием». Подготовка также предполагает и переосмысление материала, и даже рассмотрение альтернативных идей.

- Готовить «шпаргалки» полезно, но на экзамене лучше ими не пользоваться. Главный смысл подготовки «шпаргалок» – это систематизация и оптимизация знаний по данному предмету, что само по себе прекрасно – это очень сложная и важная для студента работа, более сложная и важная, чем простое поглощение массы учебной информации.

- Сначала студент должен продемонстрировать, что он «усвоил» все, что требуется по программе обучения (или по программе данного преподавателя), и лишь после этого он вправе высказать иные, желательные аргументированные точки зрения.

Оценка самостоятельной работы

Рейтинговая система обучения предполагает многобалльное оценивание студентов, возможность объективно отразить в баллах расширение диапазона оценивания индивидуальных способностей студентов, их усилий, потраченных на выполнение того или иного вида самостоятельной работы. Существует большой простор для создания блока дифференцированных индивидуальных заданий, каждое из которых имеет свою «цену». Правильно организованная рейтинговая система обучения позволяет с самого начала уйти от пятибалльной системы оценивания и прийти к ней лишь при подведении итогов, когда заработанные студентами баллы переводятся в привычные оценки (отлично, хорошо, удовлетворительно, неудовлетворительно). Кроме того, в систему рейтинговой оценки включаются дополнительные поощрительные баллы за оригинальность, новизну подходов к выполнению заданий для самостоятельной работы или разрешению научных проблем. У студента имеется возможность повысить учебный рейтинг путем участия во внеучебной работе (участие в олимпиадах, конференциях; выполнение индивидуальных творческих заданий, рефератов; участие в работе научного кружка и т.д.). При этом студенты, не спешащие сдавать работу вовремя, могут получить и отрицательные баллы. Вместе с тем, поощряется более быстрое прохождение программы отдельными студентами. Например, если обучающийся готов сдавать зачет или писать самостоятельную работу раньше группы, можно добавить ему дополнительные баллы.

Рейтинговая система – это регулярное отслеживание качества усвоения знаний и умений в учебном процессе, выполнения планового объема самостоятельной работы. Ведение многобалльной системы оценки позволяет, с одной стороны, отразить в балльном диапазоне индивидуальные особенности студентов, а с другой – объективно оценить в баллах усилия студентов, затраченные на выполнение отдельных видов работ. Так каждый вид учебной деятельности приобретает свою «цену». Получается, что «стоимость» работы, выполненной студентом безупречно, является количественной мерой качества его обученности по той совокупности изученного им учебного материала, которая была необходима для успешного выполнения задания.

«Отлично» - выставляется бакалавру, показавшему всесторонние, систематизированные, глубокие знания учебной программы дисциплины и умение уверенно применять их для анализа историко-педагогических событий.

«Хорошо» - выставляется бакалавру, показавшему полные знания учебной программы дисциплины, умение применять их для анализа историко-педагогических событий и допустившему в ответе некоторые неточности.

«Удовлетворительно» - выставляется бакалавру, показавшему фрагментарный, разрозненный характер знаний, при этом он владеет основными разделами учебной программы, необходимыми для дальнейшего обучения.

«Неудовлетворительно» - выставляется бакалавру, ответ которого содержит существенные пробелы в знании основного содержания учебной программы дисциплины.

Учет работы студентов в ходе семестра будет оцениваться на основе следующих критериев:

Работа студента оценивается, исходя из 100 баллов при форме контроля зачет.

Работа по дисциплине состоит из двух частей: работа в течение семестра и ответ на зачете.

В течение семестра студент может набрать как минимум 40 баллов. Если баллы не набраны по уважительной причине (болезнь, например), то ему деканатом предоставляется право набрать баллы за дополнительные виды работ (рефераты, тесты и т.д.)

В течение семестра студент оценивается по следующим позициям:

- Посещение занятий – (не более 36 баллов за семестр)
- Рубежный контроль - 15 баллов
- Реферат – 10 баллов
- Работа на занятии- 5 баллов
- Оценка ответа на зачете/экзамене - 10 - 30 баллов

Перевод итоговой оценки из 100- балльной шкалы в 5-балльную осуществляется по следующей таблице:

Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
85-100	70-84	55-69	Менее 55

При использовании рейтинговой системы:

- основной акцент делается на организацию активных видов учебной деятельности, активность студентов выходит на творческое осмысление предложенных задач;
- во взаимоотношениях преподавателя со студентами есть сотрудничество и сотворчество, существует психологическая и практическая готовность преподавателя к факту индивидуального своеобразия «Я-концепции» каждого студента;
- предполагается разнообразие стимулирующих, эмоционально-регулирующих, направляющих и организующих приемов вмешательства (при необходимости) преподавателя в самостоятельную работу студентов;
- преподаватель выступает в роли педагога-менеджера и режиссера обучения, готового предложить студентам минимально необходимый комплект средств обучения, а не только передает учебную информацию; обучаемый выступает в качестве субъекта деятельности наряду с преподавателем, а развитие его индивидуальности выступает как одна из главных образовательных целей;
- учебная информация используется как средство организации учебной деятельности, а не как цель обучения.

Рейтинговая система обучения обеспечивает наибольшую информационную, процессуальную и творческую продуктивность самостоятельной познавательной деятельности студентов при условии ее реализации через технологии личностно-ориентированного обучения (проблемные, диалоговые, дискуссионные, эвристические, игровые и другие образовательные технологии).

Большинство студентов положительно относятся к такой системе отслеживания результатов их подготовки, отмечая, что рейтинговая система обучения способствует равномерному распределению их сил в течение семестра, улучшает усвоение учебной информации, обеспечивает систематическую работу без «авралов» во время сессии. Большое количество разнообразных заданий, предлагаемых для самостоятельной проработки, и разные шкалы их оценивания позволяют студенту следить за своими успехами, и при желании у него всегда имеется возможность улучшить свой рейтинг (за счет выполнения дополнительных видов самостоятельной работы), не дожидаясь экзамена. Организация процесса обучения в рамках рейтинговой системы обучения с использованием разнообразных видов самостоятельной работы позволяет получить более высокие результаты в обучении студентов по сравнению с традиционной вузовской системой обучения.

Использование рейтинговой системы позволяет добиться более ритмичной работы студента в течение семестра, а так же активизирует познавательную деятельность студентов путем стимулирования их творческой активности. Весьма эффективно использование тестов непосредственно в процессе обучения, при самостоятельной работе студентов. В этом случае студент сам проверяет свои знания. Не ответив сразу на тестовое задание, студент получает подсказку, разъясняющую логику задания и выполняет его второй раз.

Следует отметить и все шире проникающие в учебный процесс автоматизированные обучающие и обучающе-контролирующие системы, которые позволяют студенту самостоятельно изучать ту или иную дисциплину и одновременно контролировать уровень усвоения материала.

Документ составлен в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом рекомендаций ПрОПОП ВО по направлению 50.03.01 Искусства и гуманитарные науки (профиль подготовки «Артпедагогика»)

Составитель: Флоря В.И., кандидат педагогических наук, доцент

Документ одобрен на заседании кафедры педагогики и психологии ФГКП МГИК __от
__21.05.2019__ года, протокол № __10__