

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»

«СОГЛАСОВАНО»

На заседании Ученого совета от

«03» сентября 2024 г.

Протокол № 4

«УТВЕРЖДАЮ»

И.о. ректора ГАУДПО МО «ИРО»

Стрельская Н.Н.

«03» сентября 2024 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ПРОГРАММА**

(повышения квалификации)

**«ОРГАНИЗАЦИЯ МОНИТОРИНГА ЗДОРОВЬЯ В СООТВЕТСТВИИ С
ОБНОВЛЕННЫМИ ФГОС ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

Мурманск
2024

Автор-составитель:

Телёбина О.А., старший преподаватель факультета ОО

Категория слушателей: педагогические работники общеобразовательных организаций.

Форма реализации программы: очная с использованием дистанционных образовательных технологий (далее – ДОТ).

Целью реализации программы является совершенствование профессиональных компетенций педагогов в области организации мониторинга здоровья в соответствии с обновленными ФГОС общего образования.

Планируемые результаты обучения: в ходе освоения содержания программы у слушателей совершенствуются *профессиональные компетенции*:

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования	Планирование специализированного образовательного процесса для группы и/или отдельных контингентов обучающихся с выдающимися способностями и/или особыми образовательными потребностями на основе имеющихся типовых программ и собственных разработок с учетом возрастных особенностей учащихся и групп здоровья	Особенности организации мониторинга здоровья в соответствии с обновленными ФГОС общего образования.	Проводить мониторинг здоровья в соответствии с обновленными ФГОС общего образования с учетом потребностей обучающихся, в том числе, с использованием современных средств коммуникации, Интернет-ресурсов и технологий.

Форма входного контроля: диагностика.

Форма промежуточной аттестации: контрольная работа.

Форма итоговой аттестации: зачет.

Календарный учебный график. Объем программы в аудиторных часах – 36. Режим занятий: 2 учебных дня – занятия с использованием ДОТ (4

академических часов); 8 учебных дней – занятия с использованием ДОТ (24 академических часов). Общая продолжительность программы – 10 дней (2 учебных дня по 2 аудиторных часа, 8 учебных дней по 4 аудиторных часа).

Образовательная деятельность слушателей предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ: лекции, практические занятия.

Требования к материально-техническим условиям: компьютерный класс с возможностью выхода в Интернет, аудитории с мультимедийным оборудованием, библиотека с читальным залом.

Требования к информационным и учебно-методическим условиям: дидактические раздаточные материалы, ЭОР, ТСО, ЦОРы.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего часов	Лекции		Практич. занятия		Формы контроля	С/Р
			всего	ДОТ	всего	ДОТ		
1.	Здоровьесберегающая деятельность в образовательном учреждении	4		2		2	Диагностика	2
2	Мониторинг здоровья школьников	4		2		2		
3	Организация мониторинга здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации	4		2		2		
4	Комплексная система оценки здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации	4		2		2		
5.	Методика проведения мониторинга здоровьесберегающей деятельности	4		2		2		
6.	Медико-биологический контроль за состоянием организма школьников	4		2		2		
7.	Типологический (конституциональный) подход учащихся	4		2		2		
8.	Характеристика медицинских групп учащихся	4		2		2		
9.	Мониторинг физического и моторного развития детей и подростков	4		2		2	Контрольная работа	4
	Итоговая аттестация						Зачет	
	Всего:	36	18	18	18	18		6

СОДЕРЖАНИЕ

1. (Лекция 2 час.) Здоровьесберегающая деятельность в образовательном учреждении.

Научное определение здоровья. Классификация факторов, влияющих на здоровье школьника. Задачи администрации, учителей и родителей по сохранению и укреплению здоровья детей. Школа Минпросвещения России направление «Здоровье». Особенности реализации федерального проекта «Успех каждого ребенка». Санитарно-гигиенические правила и нормативы по организации образовательной деятельности.

Практическая работа (2 час.) Анализ нормативно-правовых документов.

2. (Лекция 2 час.) Мониторинг здоровья школьников.

Предмет, задачи и составные части мониторинга здоровья. Связь между обучением и здоровьем, как качественный сдвиг повышения эффективности учебного процесса. Эффективные меры по укреплению здоровья детей и подростков в современной общеобразовательной школе. Критерии индивидуального здоровья. Основные условия, средства и технологии оценки физического состояния школьников. Мониторинг здоровья, как средство формирования здоровьесберегающего компонента развивающей образовательной среды.

Практическое занятие (2 час.) Разработка критериев индивидуального здоровья.

3. (Лекция 2 час.) Организация мониторинга здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации.

Здоровьесберегающие программы, направленные на воспитание здорового стиля жизни. Инновационные здоровьесберегающие технологии. Подходы к решению системы отслеживания изменений происходящих на фоне введения инновационных здоровьесберегающих технологий. Комплексный подход к здоровьесбережению в ОО и оценка состояния здоровья учащихся. Оценка

эффективности здоровьесберегающих технологий, и их вклад в развитие составляющей здоровья учащихся.

Практическое занятие (2 час.) Анализ форм и методов здоровьесберегающих технологий, используемых в образовательных организациях.

4. (Лекция 2 час.) Комплексная система оценки здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации.

Общие принципы оценки здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации. Система мер по охране и укреплению здоровья учащихся. Факторы внешней среды (экологические, экономические, социальные и т.п.). Факторы школьной среды (качественная оценка школьных зданий, санитарно-технического, медицинского, спортивного оборудования и оснащения, организации системы питания с учетом требований санитарных правил и норм, количественная и качественная характеристика контингента школы). Организация учебного процесса и режима учебной нагрузки. Организация и формы физического воспитания и физкультурно-оздоровительной работы. Формы и методы здоровьесберегающей деятельности учреждений общего образования. Динамика текущей и хронической заболеваемости.

Практическое занятие (2 час.) Изучение и анализ инфраструктуры школ, обеспечивающей возможность рациональной организации здоровьесберегающей деятельности.

5. (Лекция 2 час.) Методика проведения мониторинга здоровьесберегающей деятельности.

Сбор неперсонифицированных данных на индивидуальном уровне. Сбор данных и подготовка информационных карт на уровне класса. Проведение экспертной оценки здоровьесберегающей деятельности образовательной организации. Оценка содержания здоровьесберегающей деятельности в классе. Оценка результативности здоровьесформирующей деятельности в классе.

Оценка здоровьесберегающего потенциала инфраструктуры школы. Экспертиза системы работы по сохранению, укреплению и формированию здоровья учащихся в классе.

Практическая работа (2 час.) Разработка оценочной шкалы физической подготовленности школьников.

6. (Лекция 2 час.) Медико-биологический контроль за состоянием организма школьников.

Основы физиологии человека: возрастные и психофизиологические особенности развития учащихся, уровня их знаний и умений. Критерии для оценки здоровья детей и подростков. Методика определения частоты сердечных сокращений (ЧСС) в состоянии покоя и после нагрузки. Нормы восстановительных реакций. Оценка состояния дыхательных функций по величине жизненной емкости легких (ЖЕЛ). Реакция сердца на физическую нагрузку по величине артериального давления. Тесты по оценке уровня развития быстроты, силы, гибкости, скоростно-силовых качеств и координационных способностей. Самоконтроль: ЧСС утром, после сна, индекс Рюффье, задержка дыхания на вдохе и на выдохе.

Практическое занятие (2 час.) Оценка функционального состояния организма учащегося.

7. (Лекция 2 час.) Типологический (конституциональный) подход учащихся.

Учение о конституции человека. Примеры классификаций. Определение типа телосложения по классификации В.Г.Штефко и А.Д.Островского. Учет особенностей (типологический или конституциональный подход) учащихся при оценивании двигательных способностей, развитии двигательных качеств и обучении двигательным действиям.

Практическое занятие (2 час.) Разработка критериев оценивания двигательных способностей учащихся с учетом особенностей типологического или конституционального подхода.

8. (Лекция 2 час.) Характеристика медицинских групп учащихся.

Специальная и подготовительная медицинская группа. Программное обеспечение занятий. Характеристика внешних признаков утомления. Документы, регламентирующие работу с воспитанниками, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (СМГ). Показания и противопоказания при различных заболеваниях школьников, отнесенных по состоянию здоровья к СМГ. Организация занятий в группах корригирующей гимнастики. Правильный статико-динамический режим (по А. А. Потапчук, М. Д. Дидур).. Комплексный подход к здоровьесбережению.

Практическая работа (2 час.) Анализа индивидуальных характеристик каждого ученика.

9. (Лекция 2 час.) Мониторинг физического и моторного развития детей и подростков.

Реализация постановления Правительства РФ от 29.12.2001 г. № 916 «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи». Методы исследования физического развития и двигательной подготовленности, тесты по изучению координационных способностей учащихся. Использование различных компьютерных программ при участии в мониторинге и таблиц уровней двигательной подготовленности.

Практическое занятие (2 час.) Статистическая обработка тестовых таблиц двигательной подготовленности с учетом типа телосложения.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Входной контроль проводится в форме письменной входной диагностики в виде заданий со свободным ответом.

Результаты обсуждаются на вводной лекции.

Формой итоговой аттестации является зачет.

ВХОДНАЯ ДИАГНОСТИКА (примеры вопросов)

1. Определение мониторинга, понятия, связанные с мониторингом, цель и задачи мониторинга.
2. Принципы мониторинга.
3. Методы оценки функционального состояния организма, примеры.
4. Функциональные характеристики и особенности мониторинга показателей кардиореспираторной системы у детей и подростков.
5. Самостоятельное тестирование и самоконтроль уровня функционального состояния.
6. Методика подбора программы мониторинга с учетом цели и задач исследования, возраста, уровня подготовленности, вида мышечной деятельности и условий.
7. Технология организации и проведения мониторинга в физическом воспитании.
8. Стратегия и тактика осуществления мониторинга физического развития и физической подготовленности.
9. Построение модели проведения комплексного мониторинга.
10. Особенности осуществления мониторинга физического развития и физической подготовленности в разных возрастных группах.
11. Показатели уровня физического развития.
12. Качественная и количественная оценка индивидуального здоровья.
13. Оценка уровня физического развития и конституциональных особенностей.

Требования к выполнению контрольной работы:

Контрольная работа – разработка занятия при различных заболеваниях школьников, отнесенных по состоянию здоровья к СМГ. Оценивается: логичность и структурированность изложения материала, конкретность описания этапов занятия, оптимальность использования форм, методов обучения, средств, учебного содержания, применение современных педагогических технологий, ориентированность на достижение планируемых результатов, инновационность и оригинальность предложенных педагогических решений, наличие инструментов, критериев оценки достижения запланированных результатов.

Требования к зачету (письменный)

Зачет проводится в форме письменной диагностики в виде заданий со свободным ответом.

Критерии оценивания:

Входной тест пройден успешно, если слушателем правильно выполнено не менее 80 % заданий.

Вопросы к зачету:

1. Кризисные периоды в развитии человека.
2. Как определить соответствует ли биологический возраст паспортному у детей 6-7 лет?
3. Какие физические упражнения следует порекомендовать родителям для детей школьного возраста?
4. Сроки медицинского отвода от активных занятий физическими упражнениями после перенесенных заболеваний: ангины, гриппа и инфекционного гепатита.
5. Нормы среднесуточной двигательной активности для детей школьного возраста, способствующие их гармоничному развитию.
6. Какие виды физических упражнений вы рекомендуете для детей школьного возраста для повышения их двигательной активности?
7. Какими ведущими двигательными качествами обладают люди, относящиеся к астеноидному (астеническому), торакальному (грудному), мышечному (мускульному, нормастеническому) и дигестивному (гиперстеническому) типу телосложения?
8. Критерии и методы оценки способности к выносливости.
9. Средства развития выносливости.
10. Основные методы развития выносливости.
11. Адаптационный потенциал организма и методы его оценки.
12. Комплексная оценка состояния здоровья учащихся с использованием различных подходов.
13. Определение физического здоровья. Физическое развитие как один из критериев оценки здоровья.
14. Особенности осуществления мониторинга физического развития и физической подготовленности в разных возрастных группах.

ЛИТЕРАТУРА

1. Зайцева В.В., Сонькин В.Д. Такие разные дети: Шаги физического развития. – Екатеринбург: У-Фактория, 2006. – 288 с.
2. Сонькин В.Д. Законы растущего организма; пособие для учителя / В.Д. Сонькин. – М.: Просвещение, 2007. – 160 с.
3. Лапицкая Е.М. Физкультура для детей / Е.М. Лапицкая; под ред.: М.М. Безруких - М.: Эксмо, 2009. – 176 с.– (Растим первоклашку).
4. Лапицкая Е.М., Антропова М.В., Типологический подход в физическом воспитании детей // Журнал «Физическая культура в школе». – 2010. - № 2. С. 19-23.
5. Лях В.И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития. – М.: Терра-Спорт, 2000. – 192 с.
6. Лях В.И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы. 10-11 классы: для учителей общеобразоват. учреждений / В.И. Лях. – М.: Просвещение, - 2012. – 160 с.
7. Потапчук А.А., Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. Программы диагностики и коррекции нарушений. – СПб.: Речь, 2001. – 166 с.
8. Рипа М.Д., Велитченко В. К., Волкова С.С. Занятия физической культурой со школьниками, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе/Под ред. М.Д. Рипы – М.: Просвещение, 1988 . – 175 с.