

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. Астафьева
(КГПУ им. В.П. Астафьева)
Факультет начальных классов

Кафедра теории и методики начального образования
УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры
Протокол № 8
от « 05 » мая 2026 г.

ОДОБРЕНО
на заседании научно-методического
совета направления подготовки
Протокол № 6
от «15» мая 2026 г.

И.о. заведующего кафедрой



Басалаева М.В.

Председатель НМСС (Н)



Дуда И.В.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся

**Региональные особенности формирования здорового и безопасного
образа жизни младших школьников во внеурочной и внеучебной
деятельности**

Направление подготовки: 44.04.01. Педагогическое образование
Региональный компонент в начальном образовании
Программа подготовки: магистратура
квалификация – магистр

Составитель: к.биол.наук, доцент кафедры ТиМНО Е.С. Панкова

Красноярск, 2026

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся

Региональные особенности формирования здорового и безопасного образа жизни младших школьников во внеурочной и внеучебной деятельности

(наименование дисциплины/модуля/вида практики)

Направление подготовки: 44.04.01. Педагогическое образование
Региональный компонент в начальном образовании (о, 2026).plx

Программа подготовки: магистратура
квалификация – магистр

Составитель: к.биол.наук, доцент кафедры ТиМНО Е.С. Панкова

Красноярск, 2026

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

Критерии оценивания по оценочному средству 1 – выполнение заданий по здоровьесбережению в учебном процессе

Критерии оценивания	Количество баллов
Полнота выполнения всех предлагаемых методик	30
Грамотная обработка и представление полученных результатов	10
Владение методами анализа полученных результатов, адекватность выводов, оформление отчета	10
Максимальный балл	50

Критерии оценивания по оценочному средству 2 – формирование безопасного поведения младших школьников по выбранной тематике

Критерии оценивания	Количество баллов
Полнота содержания конспекта предлагаемого мероприятия (беседы, например)	20
Правильность предлагаемых действий	10
Разнообразие рекомендованных методов и приемов работы, использованных источников информации	10
Наличие факта проведения мероприятия, его рефлексивный анализ	10
Максимальный балл	50

Выполнение заданий по здоровьесбережению в учебном процессе

Детальное выполнение заданий раздела учебного пособия (тема 14, **ВКЛЮЧАЯ ТЕСТЫ ДЛЯ ПРОВЕРКИ ЗНАНИЙ ПО ШКОЛЬНОЙ ГИГИЕНЕ**) поможет студентам подготовиться к прохождению педпрактики по «Школьной гигиене», научит их грамотной оценке условий обучения и воспитания детей и правильной организации учебного процесса.

По завершении педпрактики необходимо оформить **отчет в печатном виде** и сдать на кафедру. Отчет пишется на одной стороне машинописного листа А-4.

Титульный лист оформляется так:

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ «КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА»

Факультет начальных классов
Фамилия, имя, отчество, группа №

Гигиеническая оценка условий,
в которых обучается школьник
(класс, школа, район)
(отчет)

Красноярск 2026

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Оценочное средство 1. Выполнение заданий по школьной гигиене
Детальное выполнение заданий раздела учебного пособия (тема 14, ВКЛЮЧАЯ ТЕСТЫ
ДЛЯ
ПРОВЕРКИ ЗНАНИЙ ПО ШКОЛЬНОЙ ГИГИЕНЕ) поможет студентам подготовиться к
прохождению педпрактики по «Школьной гигиене», научит их грамотной оценке условий
обучения и
воспитания детей и правильной организации учебного процесса.
По завершении педпрактики необходимо оформить отчет в печатном виде и сдать на кафедру.
Отчет пишется на одной стороне машинописного листа А-4.

Задание 1.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА КЛАССНОЙ КОМНАТЫ

Определить размеры классного помещения и установить, соответствует ли оно
гигиеническим

требованиям. Проставить размеры в схеме плана, рассчитать площадь и объем помещения,
приходящиеся на 1 ученика.

Оценить санитарно-гигиенические условия в классе во время урока:

- а) наполняемость класса;
- б) проветривание класса до и после урока;
- в) естественная освещенность (ориентация окон и чистота стекол, затемненность их

соседними

зданиями, деревьями, шторами, цветами, окраска стен, панелей, мебели) и оценка ее с помощью

чтения шрифта «петит» с расстояния 50 см. Естественная освещенность (ориентация окон и чистота

стекол, затемненность их соседними зданиями, деревьями, шторами, цветами, окраска стен, панелей, мебели) и оценка ее с помощью чтения шрифта «петит» с расстояния 50 см.

Была ли необходимость включения искусственного освещения; его характеристика (тип, количество и мощность световых точек, общая и удельная мощность освещения, освещенность в

люксах, вычисленная путем умножения удельной мощности освещения на коэффициент 3 для ламп

накаливания или на коэффициент 12 при люминесцентном освещении).

г) была ли необходимость включения искусственного освещения; его характеристика (тип, количество и мощность световых точек, общая и удельная мощность освещения, освещенность в

люксах, вычисленная путем умножения удельной мощности освещения на коэффициент 3 для ламп

накаливания или на коэффициент 12 при люминесцентном освещении).

Определить световой коэффициент, количество световой энергии, приходящейся на 1 м².

При организации уголка школьника дома необходимо поставить стол ученика около окна так, чтобы свет падал с левой стороны, а на столе имелся бы настольный светильник с абажуром и

лампой накаливания мощностью 100 вт. Необходимо включать и общий свет в комнате в темное время

суток! В противном случае может развиваться спазм аккомодации: форма хрусталика будет оставаться

постоянной при переводе взгляда с близких на дальние предметы, и глаз станет близоруким. Это

функциональная близорукость. При ликвидации спазма аккомодации, т.е. при расслаблении ресничной

мышцы, глаз снова становится нормальным. Если же спазм аккомодации будет повторяться часто и

держаться длительное время, это может привести к повышению внутриглазного давления из-за затруднения оттока лимфы и венозной крови. Повышенное внутриглазное давление в растущем глазу может вызвать увеличение передне-заднего диаметра глазного яблока. Это уже органическая

близорукость, так как изменена форма глазного яблока. Дальние предметы в таком глазу будут фокусироваться перед сетчаткой, и для их рассмотрения необходимо надевать очки с двояковогнутыми линзами.

Известно, что число школьников с близорукостью увеличивается от класса к классу и достигает к 10-му классу 20%, т.е. близоруким становится каждый пятый школьник, а ведь близорукость - ограничение в выборе профессии.

Совершенно очевидно, что основным профилактическим мероприятием по борьбе со «школьной» близорукостью является создание оптимальной освещенности в школе и дома. Чем сложнее зрительная работа, тем больше должна быть освещенность! При этом освещенность должна быть равномерной, не оказывать слепящего действия и не создавать блики. Естественная освещенность на рабочем месте должна быть не менее 600 лк. Искусственная освещенность на рабочем месте должна быть не менее 150 лк для люминесцентных ламп. Более низкие нормы искусственной освещенности по сравнению с естественной связаны с тем, что искусственное освещение является временным дополнением к естественному и требует значительных затрат. Контроль за освещенностью проводится при помощи люксметра, а при его отсутствии - путем чтения мелкого шрифта («петит») на расстоянии 50 см. Если на расстоянии

вытянутой руки человек с нормальным зрением свободно читает шрифт «петит», то освещенность можно считать допустимой.

Следует отметить, что для обеспечения нормальной освещенности необходима чистота оконных стекол, так как при их запыленности освещенность на рабочем месте может ухудшиться на 30–40%.

Нельзя на подоконник ставить высокие цветы, а шторы не должны уменьшать застекленную площадку окна во время работы.

Стены комнаты, в которой занимается школьник, желательно окрашивать в светлые тона, максимально отражающие свет. Так, белый цвет отражает 90%, светло-желтый – до 60%, а светло-зеленый – до 45% света. Потолок желательно белить, стены окрашивать в светло-желтые тона, а полы в светло-зеленые, так как для зрения наиболее благоприятны зеленые и желтые цвета – цвета натурального дерева, свежей зелени травы и листьев деревьев. Не случайно Гёте писал: «Желтый цвет радует глаз, расширяет сердце, бодрит дух, и мы сразу ощущаем тепло... Синий же представляет все в печальном свете».

Задание 2.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА МЕБЕЛИ И ПОСАДКИ УЧАЩИХСЯ

Написать список учащихся класса, в котором отметить рост, состояние здоровья и зрения.

Нарисовать план-схему класса и расстановки мебели, указать в ней порядок рассаживания детей. Для

этого записать порядковый номер учащегося по списку в соответствующую клетку на схеме.

Рядом

с обозначением парты указать ее тип. Перечислить выводы и предложения по рассаживанию учеников. Обратить внимание на правильность посадки учеников за партой. В случае неправильной

посадки указать причину. Уделяет ли учитель внимание формированию навыка правильной посадки у

учеников? Отметить соответствие школьной мебели класса санитарно-гигиеническим требованиям

(окраска парт, цвет школьной доски и т.д.). Расставить размеры в плане-схеме класса.

Чтобы определить, за какими столами должны сидеть ученики всего класса, можно воспользоваться следующим приемом: сантиметровой лентой отмерить от пола до классной доски

130 см и провести на доске мелом горизонтальную черту. Затем от этой черты отмерить вверх 15 см

и провести вторую черту, затем, через 15 см, – третью, и еще через 15 см четвертую. Под первой

чертой ставится буква А, под второй Б, затем В, Г (Д). По классному журналу ученики вызываются

к доске и становятся спиной к ней. Над головой ученика будет видна буква, обозначающая размер

стола, за которым он должен сидеть.

Практически бесконтрольна посадка школьника при выполнении домашних заданий. Он сидит, как

правило, за более высоким столом, чем ему положено. Поэтому рекомендуется вместе с родителями привести

в соответствие с ростом ребенка основные размеры его стола и стула. Прежде всего:

1) обеспечить должную дифференцию стола. Для этого измерить расстояние от сиденья стула до крышки

стола (дифференция стола) и от сиденья до локтя школьника, прижатого к туловищу, и прибавить к этому

расстояние 5 см (должная дифференция). Из дифференции стола вычесть должную дифференцию.

Полученная разность будет равняться высоте подставки, которую надо поставить под стул или положить

на сиденье стула;

2) привести в соответствие высоту стула (вместе с подставкой) и длину голени ребенка. Для этого

измерить расстояние от пола до сиденья стула, затем - длину голени со стопой и обувью (должная

высота стула). Из фактической высоты стула вычесть должную величину высоты стола.

Полученная

разность будет равняться высоте скамейки, которую надо поставить под ноги школьника.

Край стула

должен заходить под задний край стола на 3-4 см. Расстояние между крышкой стола и грудной клеткой

школьника должно быть равно 5 см, т.е. ширине ладони школьника.

При несоответствии основных размеров стола росту и пропорциям тела ученика постепенно развиваются

нарушение осанки и сколиоз. Сначала вырабатывается условный познотонический рефлекс на

неправильную позу. Затем этот рефлекс закрепляется, и школьник неправильно сидит не только во время

работы за столом, но и тогда, когда он не работает - за обеденным столом, в кино, перед телевизором и т.д.

Это функциональная стадия нарушения осанки. Если своевременно принять меры - привести в

соответствие с ростом и пропорциями тела школьника основные размеры стола, добиться правильной по-

садки школьника, осанка исправится. Однако если этого не сделать, то в результате неправильного роста

позвоночника из-за неодинакового давления на его различные отделы появится искривление.

Это уже

органическая стадия нарушения осанки, т.е. заболевание, которое требует специального лечения.

Наиболее тяжело протекает боковое искривление позвоночника, сопровождающееся деформацией ротацией позвонков, т.е. сколиоз. Он вызывает не только тяжелую деформацию позвоночника и

грудной клетки, но и приводит к глубоким нарушениям дыхания и сердечно-сосудистой системы,

которые в дальнейшем становятся одной из причин прогрессирования этого заболевания.

Задание 3.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА РЕЖИМА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА, ОРГАНИЗАЦИИ УРОКА

Проанализировать с позиций динамики умственной работоспособности учащегося младших

классов план построения урока: указать продолжительность периода работывания, время

появления первой фазы утомления в виде посторонних движений, разговоров, хоровых ответов без

разрешения и т.п. Отметить приемы активизации учащихся, речь учителя, его поведение, эстетический облик, стиль ведения урока, длительность объяснения нового материала, стимулирование умственной деятельности учащихся, профилактику утомления и переутомления

(чередование нагрузок на различные виды анализаторов, 1-ю и 2-ю сигнальные системы отражения

действительности, использование наглядных пособий, раздаточного материала, ТСО,

постановку

опытов, проведение физкультминуток).

А. Гигиеническая оценка урока физкультуры. Какие медицинские группы для занятий физкультурой имеются в классе? Как проводятся занятия по физкультуре с учетом особенностей

состояния здоровья школьников? Место проведения занятий (зал, спортивная площадка, коридор),

гигиеническая оценка места проведения занятий (темпера-тура, чистота воздуха и т.д.).

Соответствие

физических нагрузок возрастным особенностям школьников. (Уроки физ-культуры следует проводить

в хорошо аэрируемых залах. Для этого необходимо во время занятий в зале открывать 1-2 окна с

подветренной стороны при температуре наруж-ного воздуха выше +5° С и слабом ветре. При более

низ-кой t° занятия проводятся при открытых фрамугах.)

Б. Гигиеническая оценка урока труда. Место проведе-ния урока труда (класс, кабинет).

Санитарно-гигиеничес-кие условия: температура, освещенность, состояние рабочих мест, характер

производимых работ. Знание и приме-нение на практике правил техники безопасности и гигие-

нических навыков. Наличие аптечки.

(Общая длительность практической работы для детей 1-2 классов - 20-25 мин., 3-4 классов -

35 мин.).

Задание 4.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА РАСПИСАНИЯ УРОКОВ В КЛАССЕ И ПЕРЕМЕН

Переписать расписание и подробно проанализировать его с точки зрения дневной, недельной динамики работоспособности учащегося. При оценке расписания учитывать соответствие учебной

нагрузки плану учебных занятий, че-редование трудных и легких предметов, место уроков тру-да и

физкультуры, пения и рисования. Отметить положи-тельные моменты и недочеты действующего

расписания с указанием причин.

В соответствии с динамикой умственной работоспособности учащихся в течение учебного дня и учебной

недели необходимо:

1) трудные предметы (математика, русский язык, чтение) чередовать с легкими, ставя их вторыми

уроками;

2) в понедельник и субботу расписание делать облегчен-ным по количеству часов и учебным предметам;

3) уроки труда, физкультуры, музыки, ИЗО ставить 3-м или 4-м уроками;

4) следует также помнить, что сдваивать уроки запрещено;

5) на выходные и праздничные дни нельзя задавать домашнее задание.

Количество уроков по каждому предмету должно строго соответствовать учебному плану.

К отчету приложить 2 карточки 10x15 см с действующим расписанием и учебным планом вашей

школы.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ПЕРЕМЕН

Подвижные игры на переменах способствуют снижению утомления и повышению умственной

работоспособности к следующему уроку. Игры должны организовываться на переменах, не занятых

завтраком или переодеванием детей (урок физкультуры, экскурсии и т.п.). Если позволяет погода, то

лучше их проводить на открытом воздухе и отдельно

с каждым классом. За 10-15-минутную перемену дети могут поиграть в 2-3 игры.

Дети начальных классов нуждаются в руководстве их играми, т.к. в противном случае их игры быстро распадаются. Руководитель должен вносить поправки, устранять конфликты, подбадривать,

следить за соблюдением правил игры.

Следует поощрять самостоятельно возникающие игры. В этих случаях, как правило, не требуется

прямого руководства игрой, но наблюдение за такими играми обязательно.

Оценить организацию проведения перемен, условия их проведения. Отметить характер двигательной активности учащихся при проведении перемен, использование игровых площадок,

рекреационных помещений, а также участие педагогов, дежурных учащихся, старшеклассников.

При организации подвижных игр на переменах надо использовать не приказную, а товарищескую

форму общения, предлагая в виде совета: «В какую игру будем играть?», «Давайте поиграем в...»,

«Знаете ли вы игру...» и т.п.

Задание 5.

ОЦЕНКА ГИГИЕНИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ

С целью помощи в организации режима дня школьника, а также пропаганды санитарно-гигиенических

знаний рекомендуется в классе провести анкетирование (с помощью самих учащихся и их родителей).

Ответы на вопросы помогут выявить недостатки в организации режима дня отдельных учащихся,

послужат материалом для проведения беседы с детьми и их родителями на важную тему: «О необходимости выполнения младшими школьниками гигиенических требований».

Анкета для детей и родителей

1. Фамилия, имя, возраст, класс, смена.

2. Утренняя гимнастика.

3. Закаливающие и гигиенические процедуры.

4. Завтрак дома.

5. Время, отводимое на занятия в школе.

6. Время прогулки на свежем воздухе.

7. Время выполнения домашнего задания.

8. Наличие постоянного рабочего места, его оборудование.

9. Помощь по дому (конкретно - какая и как часто).

10. Время, затрачиваемое на просмотр телевизионных передач, характер просматриваемых передач; продолжительность работы на компьютере.

11. Время отхода ко сну. Продолжительность сна, условия для сна (отдельная комната, кровать и т.д.).

Данные анкеты проанализировать с точки зрения выполнения гигиенических требований, рекомендуемых для организации режима дня, состояния здоровья учащегося, его успеваемости.

Использовать для этой цели, как минимум, данное руководство по школьной гигиене,

литературу из

библиографического списка.

Студенты могут выступить перед родителями с беседами по таким, например, темам: «Режим дня -

залог здоровья и высокой успеваемости», «Гигиена умственного труда школьника», «Организация уголка школьника дома», «Гигиена школьника», «Профилактика школьной близорукости», «Формирование правильной осанки у школьников», «Образ жизни и здоровье», «Влияние курения и алкоголя

на здоровье школьника», «Профилактика неврозов детей», «Гигиена сна детей», «Труд - счастье, спорт - здоровье» и другим.

Продолжительность беседы не должна превышать 15–20 минут. К беседе необходимо подготовить конспект и, по возможности, наглядные пособия.

К отчету по педпрактике приложить: анкеты, их анализ, тезисы выступления по какой-либо из

предложенных тем. Тезисы должны обязательно включать перечень гигиенических норм организации школьного режима ребенка.

Оценочное средство 2. Формирование безопасного поведения

Задание 1. Разработка и проведение мероприятия (беседа, игра, диспут, праздник, др.) для формирования безопасного поведения в мире виртуальной реальности и социальных сетях; дома, в природной среде, социуме (как не потеряться), на дорогах (ПДД), в экстремальных ситуациях, др. актуальных тем по запросу конкретной школы.

по запросу образовательной организации.

На основе плана работы организации и беседы с учителем определить тему, форму и содержание воспитательного мероприятия по формированию безопасного поведения младших школьников определенной возрастной группы.

Разработать сценарий (конспект) мероприятия, согласовать его с учителем, «разыграть» на практическом занятии в вузе, реализовать его с учащимися.

По итогам проведенного мероприятия проанализировать полученные результаты, заполнить рефлексивный отчет.

Отчетная документация:

1. Сценарий (конспект) воспитательного мероприятия.
2. Рефлексивный анализ воспитательного мероприятия

С целью помощи в организации режима дня школьника, а также пропаганды санитарно-гигиенических знаний рекомендуется в классе провести анкетирование (с помощью самих учащихся и их родителей). Ответы на вопросы помогут выявить недостатки в организации режима дня отдельных учащихся, послужат материалом для проведения беседы с детьми и их родителями на важную тему: «О необходимости выполнения младшими школьниками гигиенических требований».

Тесты для проверки знаний по оценочному средству 1 – выполнение заданий по здоровьесбережению в учебном процессе

Общие требования к режиму образовательного процесса

1. Главные факторы, учитываемые оценке при освещенности класса

а) цвет стен и мебели

б) абсолютные размеры окон

в) абсолютная мощность ламп

г) мощность ламп на 1 м²

д) расположение здания

2. Какова должна быть площадь спального места для младшего школьника, посещающего группу продлённого дня:

а) 8 м²

б) 2,5 м²

в) 5 м²

г) 4 м²

3. Какие цвета рекомендуется применять для классных досок:

а) темно-зеленый

в) темно-коричневый

б) черный

г) синий

4. Наполняемость классов в обычной начальной школе

не должна превышать:

а) 25 человек

в) 30 человек

б) 15 человек

г) 20 человек

5. Оптимальный возраст для начала школьного обучения:

в) 6 лет

а) 9 лет

б) 7 лет

г) 8 лет

6. В какое время следует начинать занятия в начальной школе:

а) в 10 ч. утра

б) в 7 ч. утра

в) в 9 ч. утра

г) в 8 ч. утра

7. Для каких классов недельная нагрузка должна составлять не более 5-и уроков в день и 1 день 6 уроков за счет физкультуры:

а) 2-4 кл.

б) 7-11 кл.

в) 5-6 кл.

г) 1 кл.

8. Что рекомендуется предусмотреть в учебном плане для профилактики переутомления:

а) мероприятия для воспитания культуры здоровья

у младших школьников

б) равномерное распределение периодов учебного времени и каникул

в) исключить любые классные мероприятия, кроме уроков

г) 20-30-минутные перемены между уроками

9. На каких уроках в начальной школе следует проводить контрольные работы?

а) 3-4

б) 1-2

в) 2-3

г) 4-5

10. Недельная нагрузка для обучающихся 1-х классов не должна превышать:

а) 4-х уроков в день + 1 день в неделю – 5 уроков за счет физкультуры

б) 5-и уроков + 1 день – 6 уроков за счет физкультуры

в) 6-и уроков + 1 день – 7 уроков за счет физкультуры

г) 3-х уроков + 1 день – 4 урока за счет физкультуры

11. Максимально допустимая нагрузка в 1-х классах при

5-дневной неделе должна составлять:

а) 26 ч

б) 32 ч

в) 30 ч

г) 21 ч

12. Максимально допустимая недельная нагрузка в 2-4 кл.

при 6-дневной неделе должна составлять:

а) 21 ч

б) 23 ч

в) 26 ч

г) 29 ч

13. Продолжительность перемен между уроками может составлять:

а) 5 мин

б) 10 мин

в) 15 мин

г) 20 мин

14. Какова должна быть продолжительность перерыва между 1 и 2 сменами:

а) 40 мин

б) 30 мин

в) 20 мин

г) 1 час

15. «Ступенчатый» режим в 1 классе в сентябре, октябре

предполагает ежедневно:

а) по 3 урока по 35 минут

б) по 4 урока по 35 минут

- в) по 4 урока по 45 минут
- г) по 5 уроков по 35 минут

16. Число уроков в день в начальных классах, независимо от продолжительности учебной недели, не должно быть более:

- а) 6
- б) 4
- в) 5
- г) 3

17. Продолжительность непрерывного применения технических средств обучения в 1-2 классах должна составлять не более (минут):

- а) 25
- б) 30
- г) 15
- в) 20

18. Сколько уроков физической культуры в неделю рекомендуется проводить в начальной школе, чтобы удовлетворить биологическую потребность в движении?

- а) 1 урок
- б) 2 урока
- в) 3 урока
- г) 4 урока

19. Сколько времени требуется ребенку 2-4 классов для выполнения полного объема домашнего задания?

- а) до 3,5 ч
- б) 1,5-2 ч
- в) 2,5 ч
- г) 0,5-1ч

20. Средняя продолжительность письма или чтения в 1-4 классах не должна превышать:

- а) 10-15 мин.
- б) 7-10 мин.

в) 15-20 мин. г) 5-7 мин.

21. Вес ежедневного комплекта учебников и др. не должны превышать для учащихся 1-2 классов:

а) 2 кг

б) 3 кг

в) 1,5 кг

г) 1 кг

22. Вес ежедневного комплекта учебников для учащихся 3-4 классов:

а) 2 кг

б) 3 кг

в) 1,5 кг

г) 1 кг

23. Иметь 2 комплекта учебников (один – для использования на уроках, другой – дома) рекомендуется для:

а) демонстрации благосостояния семьи

б) в целях профилактики нарушения осанки

в) увеличения мотивации к учебному процессу

г) улучшения показателей состояния здоровья детей

Требования к воздушно-тепловому режиму

24. Температура воздуха должна составлять:

а) во всех кабинетах, мастерских, игровых и в залах

одинаково – 18-24°C

б) в спортзале и комнатах для проведения секционных

занятий, мастерских – 17-20°C

в) в спальне, игровых, в кабинетах дошкольного обра-

зования и пришкольного интерната – 20-24°C

г) в медицинских кабинетах – 20-22°C

25. Относительная влажность воздуха в помещениях обще-

образовательных учреждений должна составлять:

- а) 30-40 %
- б) 50-70 %
- в) 40-60 %
- г) 60-80 %

6. В учебных помещениях следует проектировать боковое

естественное левостороннее освещение. При глубине учебных заведений более 6 метров обязательно устройство правостороннего подсвета, высота которого от пола должна быть не менее:

- а) 1,5 м
- б) 2,5 м
- в) 3 м
- г) 2,2 м

27. Продолжительность инсоляции в учебных помещениях

и кабинетах должна быть непрерывной, по продолжительности не менее:

- а) 2,5 ч. в северной зоне
- в) 3 ч. в южной зоне
- б) 1,5 ч. в центральной зоне г) не имеет значения

28. Какой уровень освещенности в учебных кабинетах должен быть на рабочих столах?

- а) 300-500 лк
- в) 500-600 лк
- б) 200-300 лк
- г) более 600лк

29. На каком расстоянии светильники с люминесцентными лампами должны быть от стены?

- а) 0,6 м от наружной стены, 0,9 м от внутренней стены
- б) 1 м от наружной стены и 1,2 м от внутренней стены
- в) 1,2 м от наружной стены и 1,5 м от внутренней стены
- г) 1,7 м от наружной стены и 1,9 м от внутренней стены

30. На каком расстоянии рекомендуется размещать светильники?

а) 0,4 м выше верхнего края доски и на 0,8 м в сторону

класса перед доской

б) 0,3 м выше верхнего края доски и на 0,6 м в сторону

класса перед доской

в) 0,2 м выше верхнего края доски и на 0,4 м в сторону

класса перед доской

г) на 0,9 м выше верхнего края доски и на 1,1 м в сторону

класса перед доской

31. Сколько раз в год специалист должен проводить чистку

осветительной арматуры светильников?

а) 1 раз в год

в) 2 раза в год

б) не проводить чистку г) 3 раза в год

32. При одновременной работе за компьютером и ведении записей в тетради освещенность на столах обучающихся должна быть:

а) 200 лк

в) 150 лк

б) 300 лк

г) 400 лк

Маркировка мебели и правила размещения учащихся в классе

33. Какое должно быть расстояние от первой парты до доски:

а) не менее 200 см

б) не менее 240 см

в) не менее 300 см

г) не менее 350 см

34. Продолжительность непрерывной работы за конторкой

для учеников начальных классов:

- а) 5 мин
- б) 10 мин
- в) 15 мин
- г) 17 мин

35. Сколько раз в год меняют местами учеников, сидящих на крайних рядах:

- а) не меняют
- б) один
- в) два
- г) раз в четверть

36. В виде чего должна быть маркировка мебели, соответствующая росту:

- а) галочка, крестик
- б) круг, полоска
- в) квадрат, треугольник
- г) маркировка не обязательна

37. Какие виды учебной мебели в начальной школе возможны:

- а) только парты
- б) только конторки
- в) только столы
- г) столы и конторки

38. Где должны сидеть дети с нарушением слуха и/или зрения?

- а) ближе к окну, на первой или второй парте
- б) ближе к двери, в глубине класса
- в) на последней парте
- г) не важно

39. Куда нужно сажать детей, часто болеющих ОРЗ, ангинами и др. простудными заболеваниями:

- а) не важно
- б) ближе к окну

в) дальше от окна

г) ближе к доске и столу учителя

40. Правильную посадку учащихся обеспечивает:

а) выбор размера мебели

б) выбор цвета мебели

в) подбор стула к массе тела

г) контроль учителя

Оценочное средство 2 «Формирование безопасного поведения младших школьников по выбранной тематике»

Формирование безопасного поведения

Задание: разработка и проведение мероприятия (беседа, игра, диспут, праздник, др.) по запросу образовательной организации.

На основе плана работы организации и беседы с учителем определить тему, форму и содержание воспитательного мероприятия по формированию безопасного поведения младших школьников определенной возрастной группы.

Разработать сценарий (конспект) мероприятия и реализовать его с учащимися.

По итогам проведенного мероприятия проанализировать полученные результаты, заполнить рефлексивный отчет.

Отчетная документация:

1. Сценарий (конспект) воспитательного мероприятия.
2. Рефлексивный анализ воспитательного мероприятия