

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение высшего образования\_  
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет  
им. Н.И. Лобачевского»**

Арзамасский филиал ННГУ - Психолого-педагогический факультет

---

УТВЕРЖДЕНО

решением президиума Ученого совета ННГУ

протокол № 1 от 16.01.2024 г.

**Рабочая программа дисциплины**

Здоровьесберегающие технологии в деятельности учителя начальных  
классов

---

Уровень высшего образования  
Магистратура

---

Направление подготовки / специальность  
44.04.01 - Педагогическое образование

---

Направленность образовательной программы  
Инновационные технологии дошкольного и начального образования

---

Форма обучения  
очно-заочная

---

г. Арзамас

2024 год начала подготовки

## 1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.07 Здоровьесберегающие технологии в деятельности учителя начальных классов относится к части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
ПКР-1: Способен реализовывать основные и дополнительные образовательные программы с использованием современных технологий	ИПКР-1.1: Знает основные направления применения современных технологий при реализации основных и дополнительных образовательных программ ИПКР-1.2: Умеет использовать современные образовательные технологии при реализации образовательного процесса в соответствующей предметной области ИПКР-1.3: Владеет современными методиками и технологиями организации и проектирования образовательного процесса на различных уровнях образования в соответствующей предметной области	ИПКР-1.1: Знать основные направления применения здоровьесберегающих технологий при реализации образовательных программ в начальной школе  ИПКР-1.2: Уметь использовать основные направления здоровьесберегающих технологий при реализации образовательных программ в начальной школе.  ИПКР-1.3: Владеть методиками и технологиями организации и проектирования здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе.	Опрос Проект Реферат	Зачёт: Контрольные вопросы
ПКР-4: Способен осуществлять реализацию методических моделей, методик, технологий и приемов обучения	ИПКР-4.1: Знает основные подходы к разработке методических моделей, современные технологии, методики и приемы обучения, применяемые в предметной области ИПКР-4.2: Умеет отбирать	ИПКР-4.1: Знать основные подходы здоровьесберегающей педагогики при разработке методических моделей и приёмов обучения в начальной школе.	Опрос Проект Реферат	Зачёт: Контрольные вопросы

	оптимальные методики, технологии и приемы обучения при реализации разных методических моделей ИПКР-4.3: Владеет технологиями, методиками и приемами обучения при реализации методических моделей в соответствующей предметной области знаний	ИПКР-4.2: Уметь отбирать оптимальные здоровьесберегающие методики, технологии и приемы обучения при реализации урочной и внеурочной деятельности в начальной школе.  ИПКР-4.3: Владеть здоровьесберегающими технологиями, методиками и приёмами их обучения при реализации урочной и внеурочной деятельности в начальной школе.		
--	---	---	--	--

### 3. Структура и содержание дисциплины

#### 3.1 Трудоемкость дисциплины

	очно-заочная
<b>Общая трудоемкость, з.е.</b>	<b>3</b>
<b>Часов по учебному плану</b>	<b>108</b>
в том числе	
<b>аудиторные занятия (контактная работа):</b>	
- занятия лекционного типа	12
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	12
- КСР	1
<b>самостоятельная работа</b>	<b>83</b>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>0</b> <b>Зачёт</b>

#### 3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего (часы)	в том числе			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа (практические занятия/ лабора торные	Всего	

			работы), часы		
	о з ф о	о з ф о	о з ф о	о з ф о	о з ф о
Тема 1. Теоретические аспекты здоровьесбережения	21	2	2	4	17
Тема 2. Валеологический мониторинг образовательного процесса; проектирование и организация здоровьесберегающей образовательной среды школы.	21	2	2	4	17
Тема 3. Здоровье педагога как ведущее условие сохранения и развития здоровья обучающихся	23	2	4	6	17
Тема 4. Реализация педагогических приёмов и методов, направленных на решение задач по здоровьесбережению. Методика В.Ф. Базарного.	23	4	2	6	17
Тема 5. Критерии оценки здоровьесберегающих технологий в школе (Л.А. Харисова и Ф.Ф. Харисов)	19	2	2	4	15
Аттестация	0				
КСР	1			1	
Итого	108	12	12	25	83

### Содержание разделов и тем дисциплины

#### Тема 1. Теоретические аспекты здоровьесбережения.

Состояние и основные тенденции здоровья современных детей и подростков. Факторы, влияющие на здоровье детей школьного возраста. Теоретические предпосылки возникновения здоровьесберегающей педагогики. Характеристика наук и отраслей наук, занимающихся решением проблем сохранения здоровья детей. Современные подходы к здоровьесбережению школьников. Содержание и сущность понятий: «здоровье», «здоровый образ жизни», «физическое здоровье», «психическое здоровье», «нравственное здоровье», «здоровьесберегающее пространство образовательного учреждения». Здоровьесбережение как компонент физического воспитания школьников. Ценностный подход к здоровьесбережению школьников. Виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе и методика их использования. Планирование и организации здоровьесберегающего урока в начальной школе.

Тема 2. Мониторинг образовательного процесса по сохранению здоровья детей и педагогов; проектирование и организация здоровьесберегающей образовательной среды школы.

Анализ урока с точки зрения его влияния на здоровье детей. Сущность понятия «здоровьесберегающая среда начальной школы. Критерии эффективности реализации функции по сохранению и укреплению здоровья в образовательном учреждении и создания здоровьесберегающей среды начальной школы. Диагностика ценностного отношения младших школьников к здоровому образу жизни. Модель создания здоровьесберегающей среды начальной школы. Организация и компоненты мониторинга образовательного процесса по здоровьесбережению детей и педагогов. Игры-анкеты для детей, родителей учащихся и педагогов. Параметры и уровни здоровьесбережения школьников.

Тема 3. Здоровье педагога как ведущее условие сохранения и развития здоровья обучающихся

Междисциплинарный подход к изучению здоровья педагога (философские модели здоровья, медицинские аспекты здоровья, социальные аспекты здоровья, психологические аспекты здоровья).

Концепция профессионального здоровья учителя. Интегральные характеристики личности как факторы профессионального развития и сохранения здоровья учителя (педагогическая направленность, педагогическая гибкость, педагогическая компетентность). Внутриличные противоречия как движущие силы развития учителя. Модели труда учителя (1. Развитие-творчество - смысл жизни - здоровье; 2. Адаптация- профессиональные деформации личности- утрата здоровья; 3. невротическая личность учителя; 4. комплексы неполноценности).

Современные технологии укрепления и восстановления профессионального здоровья учителя.

Комплексная программа восстановления психического и физического здоровья педагога. Психолого-педагогические тренинги укрепления и сохранения профессионального здоровья педагога.

Тема 4. Реализация педагогических приемов и методов, направленных на решение задач по здоровьесбережению. Методика В.Ф. Базарного.

Метод проектов в школе по организации здоровьесберегающего воспитательного процесса в начальной школе. Проект «На страже здоровья» (П.А. Петряков). Принципы методики В.Ф. Базарного.

Тренирующие игры и тренажеры.

Тема 5. Критерии оценки здоровьесберегающих технологий в школе (Л.А. Харисова и Ф.Ф. Харисов).

Характеристика критериев (авторы: Л.А. Харисова и Ф.Ф. Харисов) оценки здоровьесберегающих технологий в начальной школе: актуальность технологии, полезность технологии, контролируемость технологии, возможность осуществления, реализации технологии.

#### **4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используются:

- электронный курс "Здоровьесберегающие технологии в деятельности учителя начальных классов" (<https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=8391>).

Иные учебно-методические материалы: Учебно-методические документы, регламентирующие самостоятельную работу, адреса доступа к документам:

<https://arz.unn.ru/sveden/document/>

[https://arz.unn.ru/pdf/Metod\\_all\\_all.pdf](https://arz.unn.ru/pdf/Metod_all_all.pdf)

#### **5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

##### **5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:**

###### **5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции ПКР-1:**

1. Проблема здоровьесбережения в условиях современной школы.
2. Научно-методические условия здоровьесбережения детей при обучении на уроках литературы.
3. Основные направления деятельности учителя начальных классов по созданию условий здоровьесбережения младших школьников.
4. Использование здоровьеразвивающих технологий в учебном процессе.
5. Здоровьесберегающий урок.

###### **5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции ПКР-4:**

1. Представление о технологическом аспекте социально-педагогической деятельности
2. Уроки математики с позиции здоровьесбережения
3. Физкультурно-познавательный компонент на уроках русского языка.
4. Оздоровительные минутки на уроках в начальной школе.

5. Окружающий мир в рамках здоровьесберегающих технологий.

**Критерии оценивания (оценочное средство - Опрос)**

Оценка	Критерии оценивания
отлично	выставляется, когда студент глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с ситуационными заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.
хорошо	выставляется, если студент твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при анализе информации.
удовлетворительно	выставляется в том случае, при котором студент освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении анализа информации.
неудовлетворительно	выставляется студенту, в ответе которого обнаружились существенные пробелы в знании основного содержания учебной программы дисциплины и / или неумение использовать полученные знания.

**5.1.3 Типовые задания (оценочное средство - Проект) для оценки сформированности компетенции ПКР-1:**

1. Современный взгляд школьника на здоровый образ жизни.
2. Я за здоровый образ жизни
3. Формирование здорового образа жизни в начальной школе
4. Использование здоровьесберегающих технологий в начальной школе.
5. Здоровьесберегающий урок.

**5.1.4 Типовые задания (оценочное средство - Проект) для оценки сформированности компетенции ПКР-4:**

1. Формирование здорового образа жизни младших школьников в условиях внеклассной работы.
2. Проблема правильного питания младших школьников в условиях школы.
3. Проектирование здоровьесберегающей среды в начальной школе.

4. Реализация здоровьесберегающей среды в начальной школе.
5. Режим дня школьника.

#### **Критерии оценивания (оценочное средство - Проект)**

Оценка	Критерии оценивания
отлично	От 25 балла до 30 баллов
хорошо	От 20 балла до 25 баллов
удовлетворительно	От 15 до 20 баллов
неудовлетворительно	Менее 15 баллов

#### **5.1.5 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПКР-1:**

1. Реализация индивидуального подхода в учебно-воспитательном процессе здоровьесохранного характера.
2. Здоровьесберегающая направленность педагогических приемов и методов.
3. Факторы воздействия учителя на психологическое здоровье учащихся.
4. Организация здоровьесберегающего режима учебно-воспитательного процесса в школе.
5. Характеристика здоровьесберегающего урока

#### **5.1.6 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПКР-4:**

1. Анализ современных методов обучения и воспитания в школе с позиции их воздействия на здоровье учащихся.
2. Роль учителя в процессе укрепления здоровья учащихся начальной школы.
3. Здоровье ребенка как объект исследования.
4. Метод проекта как средство формирования культуры здорового образа жизни
5. Проблема формирования правильной осанки, предупреждение плоскостопия.

#### **Критерии оценивания (оценочное средство - Реферат)**

Оценка	Критерии оценивания
отлично	реферативная работа полностью раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из первоисточников и изданий периодической печати, приводит практические примеры, в докладе отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов.
хорошо	реферативная работа частично раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из первоисточников, отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов (при докладе), но при

Оценка	Критерии оценивания
	этом дает не четкие ответы, без достаточно их аргументации.
удовлетворительно	реферативная работа в общих чертах раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию только из учебников. При ответах на дополнительные вопросы в докладе путается в ответах, не может дать понятный и аргументированный ответ.
неудовлетворительно	реферативная работа не раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию только из учебников. При ответах на дополнительные вопросы в докладе путается в ответах, не может дать понятный и аргументированный ответ.

## 5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

### Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
	не зачтено	зачтено		
<u>Знания</u>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок
<u>Умения</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными незначительными недочетами, выполнены все задания в полном объеме
<u>Навыки</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов

### Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
	хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена

		дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
	<b>удовлетворительно</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
<b>не зачтено</b>	<b>неудовлетворительно</b>	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».

### 5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:

#### 5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПКР-1

1. Исторические сведения о здоровьеразвивающих и здоровьесберегающих технологиях.
2. Основы здоровьесберегающих технологий в образовании.
3. Здоровьесберегающие технологии в образовании как процесс.
4. Новации в образовании и их воздействие на здоровье младших школьников.
5. Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса.

#### 5.3.2 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПКР-4

1. Теоретические аспекты к организации здоровьесбережения детей в начальной школе.
2. Двигательно-оздоровительные технологии для младших школьников.
3. Использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе
4. Методические направления использования здоровьесберегающих образовательных технологий в начальной школе.
5. Интегративное обучение детей грамоте с использованием двигательных оздоровительных технологий

#### Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольные вопросы)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	сформированность компонентного состава (индикаторов) компетенций соответствует требованиям компетентностной модели будущего выпускника на данном этапе обучения, основанным на требованиях ОС ННГУ по направлению подготовки, студент готов самостоятельно решать стандартные и нестандартные профессиональные задачи в предметной области дисциплины в соответствии с типами задач профессиональной деятельности осваиваемой образовательной программы
не зачтено	сформированность компонентного состава (индикаторов) компетенций не соответствует требованиям компетентностной модели будущего выпускника на данном этапе обучения, основанным на требованиях ОС ННГУ по направлению подготовки, студент не готов решать профессиональные задачи в предметной области дисциплины в соответствии с типами задач профессиональной деятельности осваиваемой образовательной программы

## 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

### Основная литература:

1. Дрозд К. В. Проектирование образовательной среды / Дрозд К. В., Плаксина И. В. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 437 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/494064> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-06592-3 : 1319.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=786594&idb=0>.
2. Манжелей И. В. Педагогика физического воспитания / Манжелей И. В. - 2-е изд. ; пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 182 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/493970> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-09508-1 : 509.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=785472&idb=0>.
3. Мисюк М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум / М. Н. Мисюк. - 3-е изд. ; пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 332 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/488807> (дата обращения: 14.08.2022). - ISBN 978-5-534-14054-5 : 1309.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=818735&idb=0>.
4. Митина Л. М. Профессиональное здоровье педагога / Митина Л. М., Митин Г. В., Анисимова О. А. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 379 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/496423> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-13402-5 : 1159.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=788837&idb=0>.

### Дополнительная литература:

1. Айзман Роман Иделевич. Здоровьесберегающие технологии в образовании : Учебное пособие для вузов / Айзман Р. И., Мельникова М. М., Косованова Л. В. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 282 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07354-6. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=761800&idb=0>.
2. Петряков П. А. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе / Петряков П. А., Шувалова М. Е. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 197 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/491768> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-07603-5 : 669.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=785983&idb=0>.

### Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

#### программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Лицензионное программное обеспечение: Операционная система Windows.

Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Office.

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Российский индекс научного цитирования (РИНЦ), платформа Elibrary: национальная информационно-аналитическая система. Адрес доступа: [http://elibrary.ru/project\\_risc.asp](http://elibrary.ru/project_risc.asp)

Свободно распространяемое программное обеспечение:

программное обеспечение LibreOffice;

программное обеспечение Yandex Browser;

Электронные библиотечные системы и библиотеки:

Электронная библиотечная система "Лань" <https://e.lanbook.com/>

Электронная библиотечная система "Консультант студента" <http://www.studentlibrary.ru/>

Электронная библиотечная система "Юрайт" <http://www.urait.ru/>

Электронная библиотечная система "Znanium" <http://znanium.com/>

Фундаментальная библиотека ННГУ [www.lib.unn.ru/](http://www.lib.unn.ru/)

Сайт библиотеки Арзамасского филиала ННГУ. – Адрес доступа: [lib.arz.unn.ru](http://lib.arz.unn.ru)

Педагогическая библиотека: <http://pedagogic.ru/>

Журнал «Педагогика»: <http://www.pedpro.ru/>

Издательский дом «Первое сентября»: <http://1september.ru/>

«Высшее образование в России»: научно-педагогический журнал Министерства образования и науки РФ: <http://www.vovr.ru/>

«Учительская газета»: <http://www.ug.ru/>

Ресурс «Массовые открытые онлайн-курсы Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского» <https://mooc.unn.ru/>

Портал «Современная цифровая образовательная среда Российской Федерации» <https://online.edu.ru/public/promo>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки/специальности 44.04.01 - Педагогическое образование.

Автор(ы): Фомина Наталья Ивановна, кандидат педагогических наук, доцент.

Рецензент(ы): Россова Юлия Ивановна, кандидат педагогических наук.

Заведующий кафедрой: Гусев Дмитрий Александрович, кандидат педагогических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 10.01.2024 г., протокол № 1.