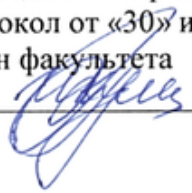


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bff679173805da5b2b597119a2

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное образовательное учреждение высшего образования
Московской области
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ
(МГОУ)

Кафедра оздоровительной и адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДЕН
на заседании кафедры
Протокол от «30» июня 2020 г., №12
Декан факультета
ФК  Кулишенко И.В.

ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

Здоровье сберегающие технологии

Направление подготовки 49.03.01 – Физическая культура

Профиль (программа подготовки) " Спортивная тренировка "

Мытищи
2020

Содержание

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы
2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания
3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код и наименование компетенций	Этапы формирования
ОПК-6 Способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ПК-5 Способность применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ПК-8 Способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта.	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ПК-12 Способность использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся, применять методики спортивного массажа	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах формирования, описание шкал оценивания

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этапы сформированности	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания (баллы)
ОПК -6	Пороговый	1. Работа на учебных	Знает: - основные источники и средства	Текущий контроль:	41-60 балло

Продвину тый	занятиях 2. Самостоя тельная работа	сбора информации о рекреационной деятельности. - виды, формы и средства. - основные источники получения информации, средства ее обработки. Уметь: - Описывает технологии организации и проведения занятий рекреационной направленности, не анализируя их эффективность	Устный опрос. Конспект, Реферат, Практическ ие задания Промежуто чная аттестация: зачет	в
	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоя тельная работа	Умеет: - Классифицировать источники и средства сбора информации, обосновывает выбор наиболее эффективных. - Дифференцировать и выделяет виды, формы, средства с учетом состояния занимающихся. Владеет: - данными из широкого спектра источников информации о двигательной рекреации, с последующей переработкой и представлением с применением современных информационных технологий - результатами анализа и обработки полученных данных определяет эффективность предложенных средств и методов рекреационной деятельности.	Текущий контроль: Устный опрос. Конспект, Реферат, Практическ ие задания Промежуто чная аттестация: зачет	61- 100 балло в

ПК-5	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - основные источники и средства сбора информации о рекреационной деятельности, называет и перечисляет виды, формы и средства - основные источники получения информации, средства ее обработки. - технологию организации и проведения занятий рекреационной направленности, не анализируя их эффективность Уметь: - обосновывает выбор наиболее эффективных источников и средств сбора информации. - дифференцировать и выделять виды, формы, средства с учетом состояния занимающихся. - представляет данные из широкого спектра источников информации о двигательной рекреации, с последующей переработкой и представлением с применением современных информационных технологий - определяет эффективность предложенных средств и методов рекреационной деятельности	Текущий контроль: Устный опрос. Реферат. Практические задания, Конспект, Промежуточная аттестация: зачет	41-60 баллов
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Текущий контроль: Устный опрос. Конспект, Реферат, Практические задания Промежуточная аттестация: зачет	61-100 баллов

ПК-8	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знает: - основные термины спортивной тренировки. - средств и методов спортивной тренировки. Умеет: - использует методы контроля и навыки проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта.	Текущий контроль: Устный опрос. Конспект, Реферат, Практические задания Промежуточная аттестация: зачет	41-60 баллов
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знает: - суть и содержание терминологического аппарата. Умеет: - Представляет методические приёмы реализации технологии и способы её внедрения с учётом санитарно-гигиенических норм. - Определяет эффективность различных методик физкультурно-спортивной направленности и способен создавать авторские технологические подходы к построению спортивной тренировки	Текущий контроль: Устный опрос. Конспект, Реферат, Практические задания Промежуточная аттестация: зачет	61-100 баллов

ПК-12	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знает: - причины возникновения спортивного травматизма в ИВС - причины возникновения травматизма. - мероприятия направленные на профилактику травматизма. Умеет: - Составляет план профилактики спортивного травматизма и контролирует его реализацию - Распознавать наличие и вид повреждения - Распознает основные виды травм ОДА, кожных покровов, НС	Текущий контроль: Устный опрос. Конспект. Реферат. Практические задания Промежуточная аттестация: зачет	41-60 баллов
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Умеет: - Выделяет основные и второстепенные причины возникновения травм в ИВС - Выделяет основные мероприятия по профилактике травматизма, обосновывает решение о назначении исполнителей, осуществляет контроль выполнения мероприятий. - Организует проведение восстановительных мероприятий - организовать проведение	Текущий контроль: Устный опрос. Конспект, Реферат. Практические задания Промежуточная аттестация: зачет	61-100 баллов

			восстановительных мероприятий - Составляет план проведения комплекса восстановительных мероприятий; - способен провести его коррекцию с учетом состояния спортсмена Владеет: - методики спортивного массажа - владеет умениями и навыками проведения спортивного массажа с учетом состояния спортсмена		
--	--	--	--	--	--

3 Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

ВОПРОСЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

- 1.Состояние здоровья как важнейший показатель благополучия.
- 2.Факторы, влияющие на состояние здоровье педагога, тренера и учеников.
- 3.Факторы, связанные с уровнем медицинской помощи и организацией системы здравоохранения.
- 4.Интенсификация процесса обучения и его на здоровье обучающихся.
- 5.Здоровьесберегающая педагогика, технологии ее реализации.
- 6.Принципы здоровье сберегающего образования.
- 7.Проблемное поле здоровье сберегающего образования.
- 8.Векторы направления усилий образовательного учреждения и педагогов.
- 9.Стратегии формирования здоровье сберегающего пространства.
- 10.Взаимосвязь здоровье сберегающих технологий, применяемых в работе образовательных учреждений.
- 11.Понятие здоровье сберегающих технологий. Образовательные технологии. Психолого-педагогические и учебно-воспитательные технологии.
- 12.Здоровьесберегающие технологии: группировка технологий по различным основаниям: защитно-профилактические, компенсаторно-нейтрализующие, стимулирующие, информационно-обучающие.
- 13.Основное содержание гигиенических условий, регламентированных СанПин. Требования к соблюдению условий.
- 14.Контроль выполнения санитарно-гигиенических условий.
- 15.Видеоэкология образовательного учреждения. Позы учащихся. Профилактика статических поз.
- 16.Оптимизация учебной нагрузки воспитанников и учащихся.
- 17.Двигательная активность и здоровье обучаемых.
- 18.Мониторинг составляющих здоровья как важное условие здоровье сбережения обучаемых.

19. Реализация индивидуально-дифференцированного подхода в обеспечении здоровьесберегающей направленности образовательного и учебно-тренировочного процесса.
20. Охрана и укрепление психологического здоровья учащихся и воспитанников
21. Забота о профессиональном здоровье тренера, педагога как предпосылка здоровья воспитанников и учащихся.
22. Общая классификация программ обучения здоровью. Определение цели системы, определение структуры системы.
23. Педагогическая психогигиена как направление здоровьесберегающей педагогики.
24. Латентные психогенные воздействия на здоровье учащихся и воспитанников.
25. Влияние биоритмов на психологическое здоровье обучаемых.
26. Стрессы, профилактика стрессовых состояний.
27. Методы психофизической регуляции в арсенале учителя, тренера, педагога.
28. Условия формирования здоровьесберегающего пространства образовательного учреждения.
29. Основные направления формирования здоровьесберегающего пространства.
30. Неблагополучие здоровья педагогов и причины его определяющие.

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

1. Показатели проявления здоровьесберегающего поведения обучающихся.
2. Особенности социально-психологических условий развития культуры здоровья в подростковом возрасте.
3. Программы, обучающие здоровью и их использование.
4. Мотивы и потребности человека, способствующие обеспечению индивидуального здоровья.
5. Культура здоровья педагога.
6. Профилактика школьных стрессов средствами физической культуры.
7. Роль семьи, образовательных учреждений в сохранении и укреплении здоровья детей.
8. Неблагополучие здоровья педагогов и причины его определяющие.
9. Методы психофизической регуляции в арсенале учителя, тренера, педагога.
10. Использование тест-анкетных методов диагностики, основанных на принципах экспертных оценок.
11. Уровень личной физической культуры и физическое совершенствование.
12. Атмосферные явления и их влияние на здоровье человека.
13. Естественные факторы природы как средство закаливания организма.
14. Факторы, влияющие на специфику питания.
15. Методы, средства и процедуры восстановления организма.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ЗАЧЕТА

- 1.Состояние здоровья как важнейший показатель благополучия.
- 2.Факторы, влияющие на состояние здоровье педагога, тренера и учеников. 3.Факторы, связанные с уровнем медицинской помощи и организацией системы здравоохранения.
- 4.Интенсификация процесса обучения и его на здоровье обучающихся.
- 5.Здоровьесберегающая педагогика, технологии ее реализации.
- 6.Принципы здоровье сберегающего образования.
- 7.Проблемное поле здоровье сберегающего образования.
- 8.Векторы направления усилий образовательного учреждения и педагогов. 9.Стратегии формирования здоровье сберегающего пространства.
- 10.Взаимосвязь здоровье сберегающих технологий, применяемых в работе образовательных учреждений.
- 11.Понятие здоровье сберегающих технологий. Образовательные технологии. Психолого-педагогические и учебно-воспитательные технологии.
- 12.Здоровьесберегающие технологии: группировка технологий по различным основаниям: защитно-профилактические, компенсаторно-нейтрализующие, стимулирующие, информационно-обучающие.
- 13.Основное содержание гигиенических условий, регламентированных СанПин. Требования к соблюдению условий.
- 14.Контроль выполнения санитарно-гигиенических условий.
- 15.Видеоэкология образовательного учреждения. Позы учащихся. Профилактика статических поз.
- 16.Оптимизация учебной нагрузки воспитанников и учащихся.
- 17.Двигательная активность и здоровье обучаемых.
- 18.Мониторинг составляющих здоровья как важное условие здоровье сбережения обучаемых.
- 19.Реализация индивидуально-дифференцированного подхода в обеспечении здоровье сберегающей направленности образовательного и учебно-тренировочного процесса.
- 20.Охрана и укрепление психологического здоровья учащихся и воспитанников
- 21.Забота о профессиональном здоровье тренера, педагога как предпосылка здоровья воспитанников и учащихся.
- 22.Общая классификация программ обучения здоровью. Определение цели системы, определение структуры системы.
- 23..Педагогическая психогигиена как направление здоровье сберегающей педагогики.
24. Латентные психогенные воздействия на здоровье учащихся и воспитанников.
- 25.Влияние биоритмов на психологическое здоровье обучаемых.
- 26.Стрессы, профилактика стрессовых состояний.
- 27.Методы психофизической регуляции в арсенале учителя, тренера, педагога.
- 28.Условия формирования здоровье сберегающего пространства образовательного учреждения.
- 29.Основные направления формирования здоровье сберегающего пространства.
- 30.Неблагополучие здоровья педагогов и причины его определяющие.

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Распределение баллов по видам работ:

Название компонента	Распределение
---------------------	---------------

	баллов
Посещение учебных занятий	до 100
Конспект	до 100
Устный опрос	до 100
Практические задания	до 100
Тестирование	до 100
Реферат	до 100
Лабораторные работы	до 100
Экзамен	до 30

Шкала оценки зачета:

Критерии	Распределение баллов
1. Глубоко, осмысленно, в полном объёме усвоил программный материал, излагает его на высоком научном уровне, изучил обязательную и дополнительную литературу, способен к самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций; 2. Усвоил методологию данной дисциплины, свободно владеет понятиями, определениями, терминами; 3. Умеет анализировать и выявлять взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими дисциплинами; 4. Умеет творчески применять теоретические знания при решении практических ситуаций; 5. Показывает способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе учёбы и профессиональной деятельности	0-25 баллов
1. Полно раскрыл материал, предусмотренный программой, изучил обязательную литературу; 2. Владеет методологией данной дисциплины, методами исследования, знает определение понятий в области технических средств; 3. Умеет установить взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими областями знаний; 4. Применяет теоретические знания на практике; 5. Допустил незначительные неточности при изложении материала, не искажающие содержание ответа по существу вопроса.	26-50 баллов
1. Владеет материалом в пределах программы курса, знает основные понятия и определения;	51-75 баллов

2. Обладает достаточными знаниями для продолжения обучения и профессиональной деятельности; 3. Способен разобраться в конкретной практической ситуации.	
1. Показал проблемы в знании основного учебного материала; 2. Не может дать чётких определений, понятий; 3. Не может разобраться в конкретной практической ситуации; 4. Не может успешно продолжать дальнейшее обучение в связи с недостаточным объёмом знаний.	76-100 баллов

Шкала оценки посещаемости:

Посещение учебных занятий	Количество баллов
Регулярное посещение занятий	80-100 баллов
Систематическое посещение занятий, единичные пропуски по уважительной причине.	40-79 баллов
Нерегулярное посещение занятий	10-39 баллов
Регулярные пропуски	0 баллов

Шкала оценки качества конспекта:

Критерии	Количество баллов
Содержание конспекта соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью. Присутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	90-100 баллов
Содержание конспекта недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам темы, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения. Присутствуют некоторые схемы, таблицы.	60-89 баллов
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки. В конспекте отсутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	30-59 баллов

Шкала оценки устного опроса студента:

Критерии	Количество баллов
----------	-------------------

высокая активность на практических занятиях, содержание и изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.	80-100 баллов
участие в работе на практических занятиях, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	60-89 баллов
низкая активность на практических занятиях, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.	30-59 баллов
отсутствие активности на практических занятиях, студент показал незнание материала по содержанию дисциплины.	0-29 балла

Шкала оценки практических заданий студента:

Критерии	Количество баллов
выполнено без ошибок.	80-100 баллов
выполнено с одной ошибкой.	40-79 баллов
выполнено с двумя и более существенными ошибками.	10-39 балла
не выполнено практическое задание.	0 баллов

Шкала оценки написания реферата:

Критерии	Количество баллов
Содержание соответствует поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.	80-100 баллов
Содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие	60-79 баллов

достижения, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.	30-59 баллов

Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную пятибалльную систему

100-балльная система оценки	Традиционная четырех балльная система оценки
81 – 100 баллов	отлично/зачтено
61 – 80 баллов	хорошо/зачтено
41 – 60 баллов	удовлетворительно/зачтено
0- 40 баллов	неудовлетворительно/не зачтено