

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталья Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bff679172803da5b7b559fc69e2

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

Факультет безопасности жизнедеятельности
Кафедра методики обучения безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДЕН
на заседании кафедры
Протокол от «18» 06 2021 г. № 11
Зав. кафедры Умелов Хомутова И.В.

**ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

По дисциплине
Здоровый образ жизни

Направление подготовки 44.03.01
Профиль: Безопасность жизнедеятельности

Мытищи
2021

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. Типовые 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 компетенции	Этапы формирования
УК-7. способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

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

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
УК-7	Пороговый	1.Работа на занятиях 2.Самостоятельная работа	<i>Знать:</i> - теоретические основы формирования должного уровня физической подготовленности учащихся для обеспечения их полноценной социальной и профессиональной деятельности. <i>Уметь:</i> - поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности в сфере здорового образа жизни	Текущий контроль: выступление на практическом занятии, конспект Промежуточная аттестация: экзамен	41-60 баллов
УК-7	Продвинутый	1.Работа на занятиях 2.Самостоятельная работа	<i>Знать:</i> - теоретические основы формирования должного уровня физической подготовленности учащихся для обеспечения их полноценной социальной и профессиональной деятельности. <i>Уметь:</i> - поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Текущий контроль: выступление на практическом занятии, конспект Промежуточная аттестация: экзамен	61-100 баллов

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
			<i>Владеть:</i> - способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		

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

Примерная тематика для конспекта

1. Общее понятие о здоровом образе жизни.
2. Социология и здоровый образ жизни.
3. Составляющие здорового образа жизни.
4. Развитие положительных привычек при помощи здорового образа жизни.
5. Сохранение здоровья на долгие годы.
6. Здоровый образ жизни и правильное питание.
7. Что такое правильное питание?
8. Потребности организма в питании.
9. Здоровый рацион.
10. Разнообразие питания. Почему это необходимо?
11. Здоровый образ жизни и спорт.
12. Для чего нужно воспитывать любовь к физкультуре.
13. Социологические вопросы про ЗОЖ школьников разных возрастов. Анализ.

Примерная тематика для выступления на практическом занятии

1. Понятие здорового образа жизни.
2. Здоровый образ жизни как актуальная тематика современного общества.
3. ЗОЖ современного и традиционного общества. В чем отличия?
4. Пропаганда ЗОЖ среди молодого поколения.
5. Основные составляющие ЗОЖ человека.
6. Факторы, влияющие за здоровье детей и подростков.
7. Из чего состоит траектория здорового образа жизни?
8. От чего зависит ведение здорового образа жизни?
9. Как семья влияет на наше здоровье?
10. Планирование рождения ребенка, возможные осложнения беременности и вытекающие последствия.
11. Как государство заботится о здоровье беременных женщин и детей?
12. Вредные привычки как противоречие ЗОЖ.
13. Профилактика алкоголизма и наркомании.
14. Психические отклонения как результат вредных привычек.
15. Женское и мужское здоровье. В чем отличия?

Список примерных вопросов для экзамена

1. Роль и значение здорового образа жизни.
2. Этапы формирования здоровья.
3. Мотивация и здоровье.
4. Проблемы мониторинга здоровья.
5. Физиологические показатели здоровья.

6. Роль учителя в профилактике заболеваний учащихся (первичная и вторичная, третичная профилактика).
7. Экологическая культура личности.
8. Использование природных ресурсов для оздоровления.
9. Экологическая обстановка в данном регионе.
- 10. Экологические особенности детей.**
11. Человек и социальная окружающая среда.
12. Психолого – педагогические аспекты ЗОЖ.
13. Медико – генетические аспекты ЗОЖ.
14. Информация, культура, труд и здоровье.
15. Эпидемический очаг, эпидемия, пандемия.
16. Виды иммунитета.
17. Календарь прививок.
18. Отдельные виды отклонений в здоровье детей.
19. Значение личностных качеств, медицинской подготовки учителя в профилактике школьных стрессов и невротоподобных состояний у детей.
20. Режим дня и его значение в повседневной жизни человека.
21. Система самосовершенствования и самооздоровления.
22. Альтернативная медицина.
23. Репродуктивное здоровье, его значение для обеспечения благополучия личности, общества, государства.
24. Правовые, экономические и психофизиологические аспекты взаимоотношения полов.
25. Понятие теории «телегония» и «импринтинг».
26. Роль семьи в системе здорового образа жизни.
27. Подготовка к семейной жизни.
28. Осложнения беременности, планирование рождения ребенка.
29. Профилактика наркомании, токсикомания, алкоголизма.
30. Понятие первичной, вторичной и третичной профилактики.
31. Роль учителя в профилактике этих заболеваний.
32. Понятие о здоровье.
33. Здоровье и факторы его определяющие.
34. Педагогические факторы нездоровья детей.
35. Роль учителя в первичной, вторичной и третичной профилактике.
36. Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности человека.
37. Физкультура и ее оздоровительное значение.
38. Система оздоровления и самосовершенствования.
39. Репродуктивное здоровье, его значение для обеспечения благополучия личности, общества и государства.
40. Правовые, экономические и психофизические аспекты взаимоотношения полов.
41. Брак и семья. Роль семьи в системе здорового образа жизни человека.
42. Норма и патология, необходимые состояния здоровья детей.
43. Показатели индивидуального и коллективного здоровья.
44. Мониторинг здоровья, паспорта здоровья.
45. Физиология показателей.
46. Мероприятия в школах по оздоровлению учащихся.
47. Определяющие факторы ЗОЖ.
48. Режим дня и его значение в повседневной жизни человека.
49. Факторы, разрушающие здоровье.
50. Профилактика наркомании, алкоголизма, табакокурения. Программы первичной профилактики.
51. Закаливающие процедуры. Нетрадиционные методы лечения, применение в учебном процессе.

52. Репродуктивное поведение и его безопасность. Аборт и его последствия.
Контрацептивные средства. Профилактика венерических заболеваний.
53. Понятие о теориях «телегония» и «импринтинг».
54. Физиологические аспекты полового воспитания.
55. Нравственные аспекты полового воспитания.
56. Планирование семьи.
57. Планирование рождения ребенка.
58. Питание детей 1-го года жизни.
59. Осложнения беременности.
60. Послеродовые осложнения.

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

Вид работы	Шкала оценивания
1. Посещение занятий	16-20 баллов , если студент посетил 90% от всех занятий
	11-15 баллов , если студент посетил как минимум 70% от всех занятий
	6-10 баллов , если студент посетил как минимум 50% от всех занятий
	0-5 баллов , если из всех занятий студент посетил как минимум 30% занятий
2. Выступление на практическом занятии	16-20 баллов - за полный ответ на поставленный вопрос с включением в содержание ответа (лекции) преподавателя, материалов учебников, дополнительной литературы без наводящих вопросов;
	11-15 баллов - за полный ответ на поставленный вопрос в объеме (лекции) преподавателя с включением в содержание ответа материалов учебников с четкими положительными ответами на наводящие вопросы преподавателя;
	6-10 баллов - за ответ, в котором озвучено более половины требуемого материала, с положительным ответом на большую часть наводящих вопросов; 0-5 баллов - за ответ, в котором озвучено менее половины требуемого материала или не озвучено главное в содержании вопроса с отрицательными ответами на наводящие вопросы или студент отказался от ответа без предварительного объяснения уважительных причин.
3. Конспект	16-20 баллов. Конспект в полном объеме передает смысл и содержание лекции, составлен с использованием элементов стенографии, дополнен сведениями из рекомендованных источников.

	<p>11-15 баллов. Конспект в основном (более 50%) передает смысл и содержание лекции, составлен с использованием элементов стенографии, дополнен сведениями из рекомендованных источников.</p>
	<p>6-10 баллов. Конспект передает смысл и содержание лекции менее, чем на 50%, составлен без использования элементов стенографии, сведения из рекомендованных источников отсутствуют.</p>
	<p>0-5 баллов. Конспект передает смысл и содержание лекции менее, чем на 50%, составлен без использования элементов стенографии, сведения из рекомендованных источников отсутствуют.</p>
<p>4. Экзамен</p>	<p>29-40 баллов – регулярное посещение занятий, высокая активность на учебных и 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</p>
	<p>19-30 баллов – систематическое посещение занятий, участие на практических и лабораторных занятиях, единичные пропуски по уважительной причине и их отработка, 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.</p>
	<p>0-20 баллов – нерегулярное посещение занятий, низкая активность на практических и лабораторных занятиях, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы</p>
<p>Итого</p>	<p>100 баллов</p>