

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Балашовский институт (филиал)

СОГЛАСОВАНО
заведующий кафедрой
 Карина О.В.
"31" августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
заведующий кафедрой
 Карина О.В.
"31" августа 2022 г.

Фонд оценочных средств
для текущего контроля и промежуточной аттестации
по дисциплине

Психология здоровья

Направление подготовки бакалавриата
44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль подготовки бакалавриата
Практическая психология образования

Квалификация (степень) выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Очная

Балашов
2022

Результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения	Виды заданий и оценочных средств
ПК-6. Способен осуществлять психологическое просвещение, направленное на формирование психологической культуры субъектов образовательного процесса	1.1_Б.ПК-6. Осуществляет психологическое просвещение в условиях образовательной среды. 2.1_Б.ПК-6. Применяет различные направления, приемы и методы психологического просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся.	Имеет представление об особенностях психологически безопасной и комфортной образовательной среды Умеет анализировать возможности и ограничения различных направлений психологического просвещения. Умеет подбирать и применять необходимые методы и средства при организации работы по психологическому просвещению обучающихся	Реферат тестирование
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	1.1_Б.УК-6. Применяет знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, ситуативных, временных и т.д.) для успешного выполнения порученной работы.	Умеет анализировать собственные ресурсы и планировать деятельность в соответствии с этими ресурсами.	реферат

Показатели оценивания результатов обучения

Показатели оценивания результатов обучения ориентированы на шкалу оценивания, установленную в Балльно-рейтинговой системе, принятой в СГУ имени Н. Г. Чернышевского

Семестр	Шкала оценивания			
	2	3	4	5
1 семестр	Студент демонстрирует низкий уровень достижения результатов. Не более 50% объёма заданий для текущего и промежуточного контроля выполнены без ошибок.	Студент демонстрирует удовлетворительный уровень достижения результатов. Более 50% объёма заданий для текущего и промежуточного контроля выполнены без ошибок.	Студент демонстрирует хороший уровень достижения результатов. Не менее 71% объёма заданий для текущего и промежуточного контроля выполнены без ошибок.	Студент демонстрирует высокий уровень достижения результатов. Не менее 85% объёма заданий для текущего и промежуточного контроля выполнены без ошибок.

Оценочные средства

по дисциплине

Задания для текущего контроля по дисциплине носят комплексный характер и направлены на проверку сформированности компетенций ПК-6, УК-6

В соответствии с принятой в СГУ имени Н. Г. Чернышевского балльно-рейтинговой системой учета достижений студента (БАРС) баллы, полученные в ходе текущего контроля, распределяются по двум группам:

- самостоятельная работа;
- другие виды учебной деятельности.

Помимо текущего контроля студентов, баллы суммируются с такими видами учебной деятельности, как лекции (14 баллов) и практические занятия (18 баллов).

Задания для текущего контроля Самостоятельная работа студентов по дисциплине

Подготовка рефератов (до 8 баллов)

Методические рекомендации по выполнению.

Методические рекомендации по выполнению.

Подготовка рефератов по вопросам, предложенным для самостоятельного изучения.

Подготовка реферата предполагает использование учебников и учебных пособий, указанных в списке литературы, а также использование информационных ресурсов, доступных в информационно-телекоммуникационной сети Интернет.

При подготовке реферата студент должен раскрыть суть темы, определить ее актуальность для современного общества.

Реферат оформляется, согласно требованиям, предъявляемым к документам данного рода. Оформление реферата должно соответствовать следующим требованиям:

Структура: титульный лист, содержание, введение, главы или разделы, заключение, список использованных источников (не менее 7).

Объём текста – не менее 15 страниц; Формат текста: Microsoft Word. Формат страницы: А4. Поля: левое 2,5 см, правое – 1,5 см, верхнее/нижнее – по 2 см. Шрифт – Times New Roman, кегль 14. Интервал – 1,5; отступ – 1,25.

Список использованных источников размещается в конце текста реферата, нумерация источников осуществляется по алфавиту, на каждый источник должна быть соответствующая ссылка в тексте в квадратных скобках (пример, [1, с. 345]).

Критерии оценивания.

- Соответствие содержания реферата заявленной теме.
- Чёткая композиция и структура текста.
- Логичность и последовательность изложения материала.
- Умение обобщать, анализировать различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, обосновывать собственные выводы.
- Обязательное наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
- Умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал.
- Привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).
- Соблюдение требований к оформлению.

Тематика рефератов

1. Здоровье как системное понятие.
2. Влияние курения на организм человека.
3. Табакокурение и здоровье человека.
4. Влияние алкоголя на здоровье человека.
5. Наркотики, их пагубное влияние на организм.
6. Наркомания и здоровье.
7. Профилактика наркомании.
8. Влияние наркотиков на организм человека.
9. Долголетие и физическая культура.
10. Социальные последствия наркомании, токсикомании и их профилактика.

Тестирование (до 20 баллов)

1. Здоровый образ жизни это
 1. сохранение и укрепление здоровья
 2. употребление стимулирующих препаратов для снижения выраженности стресса
 3. диеты и физическая активность

2. Гиподинамия - это
 1. пониженное артериальное давление
 2. малая физическая активность
 3. сниженная работоспособность

3. Положительные эмоции называются
 1. стрессом
 2. дистрессом
 3. эустрессом

4. Рациональное питание это
 1. здоровое питание
 2. голодание
 3. диета

5. Нормальный ритм дыхания это
 1. учащенное дыхание
 2. ритмичное дыхание
 3. замедленное дыхание

6. Госпитализм это
 1. лечение в госпитале
 2. заболевание детей при недостатке внимания ласки и любви
 3. лечение в психиатрической клинике

7. Валеология это
 1. наука о деревьях
 2. наука о заболеваниях нервной системы
 3. наука о здоровье

8. Нормальная продолжительность сна:
 1. 10-12 часов
 2. 9-10 часов

9. Рекомендуемое количество приема пищи в день:

1. 2 раза в день
2. 5-6 раз в день
3. 3-4 раза в день 7-8 часов

Оценка результатов: за каждое правильное совпадение варианта ответа с ключом начисляется 1 балл.

9 баллов – 5 (отлично).

7-8 баллов – 4 (хорошо).

5-6 баллов – 3 (удовлетворительно).

Менее 5 баллов – 2 (неудовлетворительно).

Методические рекомендации по выполнению.

Блиц-тест с альтернативными ответами (ответами на выбор) может проводиться как в индивидуальном (устно), так и групповом (письменно) варианте проверки знаний. Студент должен выбрать правильный вариант ответа.

Критерии оценивания.

Учитывается количество правильных ответов.

Оценочные средства для промежуточной аттестации по дисциплине

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

1. Онтогенетические периоды развития.
2. Здоровье – сущность понятия.
3. Компоненты здоровья
4. Основы здорового образа жизни.
5. Двигательная активность и здоровье.
6. Социально-биологические основы физической культуры.
7. Гиподинамия и гипокinezия.
8. Адекватные физические нагрузки и здоровье.
9. Виды физической активности.
10. Эмоции – как они влияют на здоровье.
11. Дыхание и здоровье.
12. Питание как показатель качества жизни.
13. Алкоголь и здоровье.
14. Алкоголизм – его физиологическая сущность, формы, степени тяжести; его влияние на здоровье.
15. Социальные последствия алкоголизма и его профилактика.
16. Влияние табакокурения на здоровье человека.
17. Пассивное курение.
18. Наркомания – определение, причины.
19. Наркотики и здоровье.
20. Токсикомания – определение, причины, влияние на здоровье.
21. Социальные последствия наркомании, токсикомании и их профилактика.

Задачи студента:

- дать правильный ответ на вопрос, то есть верно, четко и достаточно глубоко изложить идеи, понятия, факты;
- сформулировать полный и одновременно лаконичный ответ;
- при ответе использовать лекционный материал, дополнительные источники, последние научные достижения;

- излагать материал логично и аргументировано;
- продемонстрировать умение связать теорию с практикой и творчески применить знания к оценке современной ситуации.

ФОС для проведения промежуточной аттестации одобрен на заседании кафедры педагогики и психологии (протокол № 1 от 31 августа 2022 г.)

Автор: Лученкова М.А.

