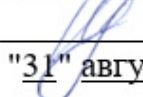



**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**  
**ФГБОУ ВО «СГУ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Балашовский институт (филиал)

**СОГЛАСОВАНО**  
заведующий кафедрой физической  
культуры и безопасности  
жизнедеятельности

  
Викулов А.В.  
"31" августа 2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
председатель НМК БИ СГУ

  
Мазалова М.А.  
"31" августа 2023 г.

**Фонд оценочных средств**  
по дисциплине

**Здоровьесберегающие образовательные технологии**

Направление подготовки  
**44.03.05 Педагогическое образование**  
(с двумя профилями подготовки)

Профили подготовки  
**Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности**

Квалификация (степень) выпускника  
**Бакалавр**

Форма обучения  
**Заочная**

**Карта компетенций**

| <b>Код и наименование компетенции</b>  | <b>Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции</b>   | <b>Результаты обучения</b>  | <b>Виды оценочных средств</b>   |
|--|---|---|---|
| <p><b>ПК-1.</b> Способен осуществлять педагогическую деятельность по профильным предметам (дисциплинам, модулям) в рамках основных образовательных программ общего образования, по программам дополнительного образования детей и взрослых</p> | <p><b>1.1_Б.ПК-1.</b> Осуществляет преподавание учебных дисциплин по профилю (профилям) подготовки в рамках основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.</p> | <p><b>З_1.1_Б.ПК-1.</b> Владеет системой научных знаний в соответствующей области (по профилю подготовки).</p> <p><b>В_1.2_Б.ПК-1.</b> Владеет навыком решения задач / выполнения практических заданий из школьного курса; обосновывает выбор способа выполнения задания.</p> | <p>Устный опрос, доклад, реферат, презентации.</p> <p>Устный опрос, доклад, реферат, презентации.</p> |

### 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  |
| 9 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. |

## Задания для текущего контроля

### Задания направлены на оценивание результатов освоения компетенции ПК-1

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 следующим группам:

- лекции;
- практические занятия;
- самостоятельная работа;
- другие виды учебной деятельности;
- промежуточная аттестация.

#### 1. ПОДГОТОВКА К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

##### 9 семестр

#### Практическое занятие 1. Диагностика состояния здоровья обучающихся

1. Какие способы оценки состояния здоровья школьников вы знаете?
2. Дайте характеристику методу Брока?
3. Какие метод оценки здоровья вы знаете?
4. Расскажите о социально-психологических методах диагностики здоровья в школе?
5. Расскажите о психолого-педагогических методах диагностики здоровья в школе?
6. Как провести Оценку динамики состояния здоровья обучающихся?

#### Практическая подготовка:

1. Провести оценку состояния здоровья обучающихся (студентов своей группы).

#### Практическое занятие 2. Предупреждение профессиональных деформаций и синдрома выгорания учителя

1. Что понимается под деформацией личности?
2. На каких двух уровнях происходит профессиональная деформация учителя?
3. Какую типологию стилей предложила американский психотерапевт Вирджиния Сатир?
4. В чем выражается синдром профессионального выгорания учителя?
5. В чем заключаются пути профилактики синдрома профессионального выгорания учителя?

#### Практическая подготовка:

1. Продемонстрируйте фрагмент рабочей программы по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» в соответствии с изучаемой темой, с элементами здоровьесберегающей педагогики.

**Методические рекомендации.** С целью контроля и подготовки студентов к изучению новой темы вначале каждой практического занятия преподавателем проводится индивидуальный или фронтальный устный опрос по выполненным заданиям предыдущей темы.

#### Критерии оценки устных ответов студентов

**Оценка «отлично»** ставится, если студент: 1) полно и аргументировано отвечает по содержанию задания; 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; 3) излагает материал последовательно и правильно.

**Оценка «хорошо»** ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет.

**Оценка «удовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.

**Оценка «неудовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает незнание ответа на соответствующее задание, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

**ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ:** контроль выполнения практических заданий в течение семестра - от 0 до 4 баллов.

## 2. Реферат

1. Средства и методы сохранения и укрепления здоровья обучающихся, контроля за состоянием своего здоровья.
2. Обзор и краткий анализ основных оздоровительных систем.
3. Современные системы оздоровительного питания в образовательном учреждении.
4. Дидактогении как причина нарушений психологического здоровья учащихся.
5. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата обучающихся в рамках учебного процесса.
6. Психолого-педагогические аспекты оздоровительной и лечебной физкультуры.
7. Здоровьесберегающая деятельность по профилактике заболеваний дыхательной системы в учебное время.
8. Улучшение здоровья по системе Брэгга.
9. Система закаливания – условие воспитания здорового ребенка.
10. Современное питание в детском возрасте.
11. Подготовка родителей к валеологической деятельности в семье.
12. Основные виды школьных болезней. Их профилактика.
13. Роль физкультминуток в предупреждении заболеваний и укрепления здоровья школьников.
14. Соответствие учебной нагрузки школьников санитарным нормам.
15. Роль и содержание работы учителя в формировании и обеспечении здоровья учащихся.
16. Здоровье школьника и пути его формирования.
17. Состояние и пути совершенствования физической работоспособности школьников.
18. Профилактика нарушений репродуктивного здоровья.
19. Режим дня школьников как модель формирования здорового образа жизни.

### Методические рекомендации по выполнению

Реферат, как форма самостоятельной научной работы студентов, - это краткий обзор максимального количества доступных публикаций по заданной теме, с элементами сопоставительного анализа данных материалов и с последующими выводами. При проведении обзора должна проводиться и исследовательская работа, но объем ее ограничен, так как анализируются уже сделанные предыдущими исследователями выводы и в связи с небольшим объемом данной формы работы. Преподаватель может рекомендовать литературу, которая может быть использована для написания реферата.

Написание реферативной работы следует начать с изложения плана темы, кото-

рый обычно включает 3-4 пункта. План должен быть логично изложен, разделы плана в тексте обязательно выделяется. План обязательно должен включать в себя введение и заключение.

Во введении формулируются актуальность, цель и задачи реферата; в основной части рассматриваются теоретические проблемы темы и практика реализации в современных политических, экономических и социальных условиях; в заключении подводятся основные итоги, высказываются выводы и предложения.

Реферат завершается списком использованной литературы.

Задачи студента при написании реферата заключаются в следующем:

1. логично и по существу изложить вопросы плана;
2. четко сформулировать мысли, последовательно и ясно изложить материал, правильно использовать термины и понятия;
3. показать умение применять теоретические знания на практике;
4. показать знание материала, рекомендованного по теме;
5. использовать для экономического обоснования необходимый статистический материал.

Реферат оценивается преподавателем кафедры безопасности жизнедеятельности, который оформляет допуск к сдаче экзамена по изучаемому курсу.

Работа, в которой дословно переписаны текст учебника, пособия или аналогичная работа, защищенная ранее другим студентом, не оценивается, а тема заменяется на новую.

Необходимо соблюдать сроки и правила оформления реферата. План работы составляется на основе программы курса. Работа должна быть подписана и датирована, страницы пронумерованы; в конце работы дается список используемой литературы.

Объем реферата должен быть не менее 12-18 стр. формата А 4 (Шрифт -Time New Roman, размер шрифта 14, полуторный интервал), включая титульный лист.

Реферат должен быть проверен в системе антиплагиат и иметь оригинальность не менее 50%. Отчет распечатывается и прикладывается к работе.

#### **Критерии оценивания**

Оценка **«отлично»** выставляется, если работа студента написана грамотным научным языком, имеет четкую структуру и логику изложения, точка зрения студента обоснованна, в работе присутствуют ссылки на нормативно-правовые акты, примеры из судебной практики, мнения известных учёных в данной области. Студент работе выдвигает новые идеи и трактовки, демонстрирует способность анализировать материал.

Оценка **«хорошо»** выставляется, если работа студента написана грамотным научным языком, имеет четкую структуру и логику изложения, точка зрения студента обоснованна, в работе присутствуют ссылки на нормативно-правовые акты, примеры из судебной практики, мнения известных учёных в данной области.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется, если студент выполнил задание, однако не продемонстрировал способность к научному анализу, не высказывал в работе своего мнения, допустил ошибки в логическом обосновании своего ответа.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется, если студент не выполнил задание, или выполнил его формально, ответил на заданный вопрос, при этом не ссылаясь на мнения учёных, не трактовал нормативно-правовые акты, не высказывал своего мнения, не проявил способность к анализу, то есть в целом цель реферата не достигнута.

*Качественно выполненный реферат оценивается от 0 до 5 баллов в 8 семестре, от 0 до 10 баллов – 9 семестр добавляемых в балльно-рейтинговую оценку студента. Максимально за данный вид работы в течение 2-х семестров (8-9 семестр) студент может получить 15 баллов.*

### 6.1.3. Подготовка к решению ситуационных задач

#### Образец ситуационных задач

1. В классе имеются дети с нарушением опорно-двигательного аппарата и зрения. Как в таком случае должен быть организован учебный процесс?
2. Опишите ваши действия при появлении симптомов утомления у обучающихся на уроке.
3. Вы узнали, что в вашем классе один из школьников кури. Каковы ваши действия в данной ситуации?
4. В классе повышен уровень психической напряженности учеников. Назовите основные причины такого нарушения.

#### Методические рекомендации по подготовке.

Ситуационные задачи, как форма самостоятельной научной работы студентов, – это задачи, позволяющие осваивать интеллектуальные операции последовательно в процессе работы с информацией: ознакомление – понимание – применение – анализ – синтез – оценка. Проектирование ситуационных задач – это повседневное творчество любого педагога. Однако при этом необходимо соблюдать ряд правил. Задача должна быть интересна, вызывать яркую эмоциональную реакцию, удивление. При этом лучше всего использовать наглядность: тематические картинки, фотографии, рисунки, дидактические игры, модели, муляжи. Ситуационные задачи могут быть разных типов. Они могут быть созданы на основе программного содержания по разделам. Возможно создание задач, требующих экспериментирования и прикладных действий от человека. Задачи могут возникнуть из реальной жизни, из условий происходящего с человеком на улице.

#### Критерии оценивания.

**Оценивание результатов решения ситуационных задач при текущем контроле:**

Оценка «отлично» - студент ясно изложил условие задачи, решение обосновал точно, правило, закономерность, явление;

Оценка «хорошо» - студент ясно изложил условие задачи, но в обосновании решения имеются сомнения, правило, закономерность, явление;

Оценка «удовлетворительно» - студент изложил условие задачи, но решение обосновал в общем, правило, закономерность, явление;

Оценка «неудовлетворительно» - студент не уяснил условие задачи, решение не обосновал, правило, закономерность, явление.

*Максимально за данный вид работы в 8 семестре 15 баллов, в 9 семестре студент может получить 10 баллов.*

### 4. Тест по материалу дисциплины

#### Методические рекомендации по подготовке

На выполнение теста отводится ограниченное время. Оно может варьироваться в зависимости от уровня тестируемых, сложности и объема теста. Как правило, время выполнения тестового задания определяется из расчета 30-45 секунд на один вопрос.

**Критерии оценки** выполненных студентами тестов определяются преподавателем самостоятельно. Рекомендуются следующие критерии оценки:

85% – 100% правильных ответов – «отлично»;

66% – 84% правильных ответов – «хорошо»;

50% – 65% правильных ответов – «удовлетворительно»;

менее 50% правильных ответов – «неудовлетворительно».

При подведении итогов по выполненной работе рекомендуется проанализировать допущенные ошибки, прокомментировать имеющиеся в тестах неправильные ответы.

## Демонстрация теста

### 1. Определение понятия «здоровье», принятое Всемирной организацией здравоохранения, содержит следующее утверждение:

1. здоровье — это нормальное состояние правильно функционирующего, неповрежденного организма;
2. здоровье — это состояние равновесия (баланс) между адаптационными возможностями (потенциал здоровья) организма и постоянно меняющимися условиями среды;
3. здоровье — это отсутствие психических, физических дефектов, а также полное физическое, душевное и социальное благополучие;
4. здоровье — это отсутствие болезни.

### 2. Наука об измерении здоровья называется:

1. валеософия;
2. телеология;
3. физиология;
4. валеометрия;
5. гигиена.

### 3. Здоровье — это

1. отсутствие заболеваний;
2. физическое, психическое и социальное благополучие;
3. нормальная температура тела

### 4. Задача сохранения и укрепления здоровья детей должна решаться:

1. родителями;
2. медицинскими работниками;
3. работниками ОУ совместно с родителями и врачами.

### 5. Школьные факторы риска — это:

1. причины, по которым опасно ходить в школу;
2. причины, по которым могут задерживаться рост и развитие и ухудшаться здоровье детей;
3. причины плохого поведения школьников

**Другие виды учебной деятельности:** выполнение тестовых заданий в течение двух семестров оценивается - от 0 до 8 баллов.

## Оценочные средства

### для промежуточной аттестации по дисциплине

Экзамен проводится в виде ответов на вопросы и защиты проекта.

### Вопросы к экзамену

1. Состояние здоровья школьников России.
2. Влияние процесса обучения и его интенсификации на здоровье учащихся.
3. Основные подходы к сохранению и укреплению здоровья школьников.
4. Принципы здоровьесберегающей педагогики.
5. Проблемное поле здоровьесберегающей педагогики.
6. Стратегии работы школ по сохранению и укреплению здоровья учащихся.
7. Принципы здоровьесберегающей педагогики.
8. Уровни охраны здоровья школьников.
9. Гигиенические условия обеспечения учебного процесса.
10. Санитарно-гигиеническое состояние школы.
11. Гигиенические условия в классе.
12. Гигиенические требования к использованию видеозранных средств обучения.
13. Организация питания школьников.
14. Учебный процесс и его санитарно-гигиеническое обеспечение.
15. Требования, касающиеся места расположения школы.



16. Требования, предъявляемые к школьной мебели
17. Психогигиеническая обстановка в школе.
18. Требования к школьным образовательным технологиям.
19. Оптимизация учебной нагрузки на учащихся.
20. Двигательная активность школьников.
21. Предупреждение школьных болезней.
22. Задачи учителя по реализации здоровьесберегающих технологий.
23. Факторы воздействия учителя на психологическое состояние и здоровье учащихся.
24. Причины, обуславливающие дезадаптивные состояния учащихся
25. Педагогические приемы и способы воздействия учителя на психологическое здоровье ученика.
26. Состояние психического здоровья современных школьников.
27. Воздействие на учащихся видеозеркальных средств.
28. Психология здоровья как актуальное направление современного человековедения.
29. Педагогическая психология здоровья как самостоятельное междисциплинарное направление.
30. Цели и задачи педагогической психогигиены.
31. Влияние биоритмов на психологическое здоровье учащихся.
32. Школьные стрессы и дидактогении.
33. Сформулировать общие рекомендации, учитывающие биоритмы при планировании режима дня, графика работы, учебы.
34. Связь школьного стресса с феноменом тревожности школьников.
35. Роль и содержание работы учителя в формировании и обеспечении здоровья учащихся.
36. Диагностика состояния здоровья учащихся.
37. Предупреждение профессиональных деформаций и синдрома выгорания учителя.
38. Вредные привычки как угроза жизни школьников.
39. Методика организации профилактики вредных привычек в учебном образовательном учреждении.
40. Профилактика нарушений здоровья учащихся посредством физических упражнений.
41. Методика выполнения упражнений проводимых с целью предупреждения нарушений осанки.
42. Методика выполнения упражнений при плоскостопии.
43. Методика выполнения упражнений проводимых с целью предупреждения близорукости.
44. Методы оценки учебной деятельности младших школьников и ее психолого-педагогическая поддержка.

### **Тематика проектов**

#### **Общая тематика.**

1. Организация оздоровительной работы в учебное время.
2. Организация оздоровительной работы во внеучебное время.

#### **Методические рекомендации.**

В рамках предлагаемых общих тем студент самостоятельно выбирает более узкую тему для разработки.

Проектная деятельность студентов - мотивированная самостоятельная деятельность студентов, ориентированная на решение определенной практически или теоретически значимой проблемы, оформленная в виде конечного продукта. Этот продукт (результат проектной деятельности) можно увидеть, осмыслить, применить в реальной практической деятельности. Решение проблемы при реализации проектной деятельности предусматривает использование совокупности разнообразных методов (научно-исследовательского,

поискового, проблемного), умение применять знания из различных областей науки, техники, технологии, творческих областей. Таким образом, основная цель проектной деятельности студентов - самостоятельное приобретение знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующее интеграции знаний из различных предметных областей.

Типологию проектов можно построить на разных основаниях:

1. По предметно-содержательной области:

— монопроекты - проводятся, как правило, в рамках одной дисциплины или одной области знания, хотя и могут использовать информацию из других областей знания и деятельности;

— междисциплинарные проекты – содержание данных проектов характеризуется интеграцией знания нескольких дисциплин.

2. По доминирующей деятельности:

— исследовательские проекты;

— творческие проекты;

— ролевые, игровые проекты;

— ознакомительно-ориентировочные (информационные) проекты;

— практико-ориентированные (прикладные) проекты.

3. По продолжительности выполнения:

— краткосрочные – 1-3 месяца;

— среднесрочные – от 3 месяцев до 1 года;

— долгосрочные – более 1 года.

4. По количеству участников:

— индивидуальные;

— групповые.

Преимущества персональных проектов: план работы составлен с одной позиции, но максимально точно; у студента формируется чувство ответственности; студент приобретает опыт на всех этапах работы; формирование у студентов важнейших умений и навыков (исследовательских, презентационных, оценочных).

Преимущества групповых проектов: в проектной группе формируются навыки сотрудничества; развиваются коммуникативные навыки; проект может быть выполнен наиболее глубоко и разносторонне; мнение каждого участника принимается и поддерживается, студенты обретают уверенность в себе; у каждого есть возможность продвигаться к результату в своем темпе; каждый имеет право на ошибку; возникает феномен группового влияния на личность; создаются условия для проявления и формирования основных черт творческой личности; деятельность носит социальную направленность.

**Критерии оценивания.**

Оценка **«отлично»** - студент ясно изложил содержание цель и задачи проекта, обосновал суть работы.

Оценка **«хорошо»** - студент ясно изложил цель и задачи, но в обосновании темы имеются не точности.

Оценка **«удовлетворительно»** - студент изложил суть проекта, но не корректно поставил цель и задачи работы.

Оценка **«неудовлетворительно»** - студент не понял сути работы над проектом.

*За промежуточную аттестацию студент может максимально получить до 40 баллов.*

ФОС для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации одобрен на заседании кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности (протокол № 1 от 31 августа 2023 года).

Автор (ы)

Медведева Н.А.