

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**  
Основы здорового образа жизни

**Код модуля**  
1159831(1)

**Модуль**  
Социальные аспекты превентологии

**Екатеринбург**

Оценочные материалы составлены автором(ами):

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия, имя, отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Осипчукова Елена Владимировна	кандидат педагогических наук, без ученого звания	Доцент	организации работы с молодежью

**Согласовано:**

Управление образовательных программ

С.А. Иванченко

**Авторы:**

- Осипчукова Елена Владимировна, Доцент, организации работы с молодежью

**1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ Основы здорового образа жизни**

1.	Объем дисциплины в зачетных единицах	3	
2.	Виды аудиторных занятий	Лекции Практические/семинарские занятия	
3.	Промежуточная аттестация	Экзамен	
4.	Текущая аттестация	Научный доклад/доклад	1

**2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ Основы здорового образа жизни**

Индикатор – это признак / сигнал/ маркер, который показывает, на каком уровне обучающийся должен освоить результаты обучения и их предъявление должно подтвердить факт освоения предметного содержания данной дисциплины, указанного в табл. 1.3 РПМ-РПД.

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)	Контрольно-оценочные средства для оценивания достижения результата обучения по дисциплине
1	2	3
ПК-3 -Способность реализовывать и применять модели, методики, технологии и проекты в сфере превентологии для решения прикладных научно-исследовательских задач в молодежной среде (Превентология в молодежной среде)	З-2 - Формулировать исследовательские задачи для выработки моделей работы по формированию здорового образа жизни П-2 - Осуществлять обоснованный выбор методик и технологий для формирования здорового образа жизни У-2 - Обосновать с научной точки зрения возможность применения той или иной методики формирования ценностей здорового образа жизни	Лекции Научный доклад/доклад Практические/семинарские занятия Экзамен

**3. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ В БАЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЕ (ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА БРС)**

### 3.1. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

<b>1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0.5</b>		
Текущая аттестация на лекциях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>Научные доклады (часть 1)</i>	4,4	100
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – <b>0.4</b>		
Промежуточная аттестация по лекциям – <b>экзамен</b>		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – <b>0.6</b>		
<b>2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 0.5</b>		
Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>Научные доклады (часть 2)</i>	4,10	100
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – <b>не предусмотрено</b>		
Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – <b>нет</b>		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – <b>не предусмотрено</b>		
<b>3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий – не предусмотрено</b>		
Текущая аттестация на лабораторных занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лабораторным занятиям – <b>не предусмотрено</b>		
Промежуточная аттестация по лабораторным занятиям – <b>нет</b>		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лабораторным занятиям – <b>не предусмотрено</b>		
<b>4. Онлайн-занятия: коэффициент значимости совокупных результатов онлайн-занятий – не предусмотрено</b>		
Текущая аттестация на онлайн-занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по онлайн-занятиям – <b>не предусмотрено</b>		
Промежуточная аттестация по онлайн-занятиям – <b>нет</b>		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по онлайн-занятиям – <b>не предусмотрено</b>		

### 3.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта

Текущая аттестация выполнения курсовой работы/проекта	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент текущей аттестации выполнения курсовой работы/проекта– <b>не предусмотрено</b>		
Весовой коэффициент промежуточной аттестации выполнения курсовой работы/проекта– защиты – <b>не предусмотрено</b>		

#### 4. КРИТЕРИИ И УРОВНИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

4.1. В рамках БРС применяются утвержденные на кафедре/институте критерии (признаки) оценивания достижений студентов по дисциплине модуля (табл. 4) в рамках контрольно-оценочных мероприятий на соответствие указанным в табл.1 результатам обучения (индикаторам).

Таблица 4

##### Критерии оценивания учебных достижений обучающихся

Результаты обучения	Критерии оценивания учебных достижений, обучающихся на соответствие результатам обучения/индикаторам
Знания	Студент демонстрирует знания и понимание в области изучения на уровне указанных индикаторов и необходимые для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Умения	Студент может применять свои знания и понимание в контекстах, представленных в оценочных заданиях, демонстрирует освоение умений на уровне указанных индикаторов и необходимых для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Опыт /владение	Студент демонстрирует опыт в области изучения на уровне указанных индикаторов.
Другие результаты	Студент демонстрирует ответственность в освоении результатов обучения на уровне запланированных индикаторов. Студент способен выносить суждения, делать оценки и формулировать выводы в области изучения. Студент может сообщать преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание и умения в области изучения.

4.2 Для оценивания уровня выполнения критериев (уровня достижений обучающихся при проведении контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля) используется универсальная шкала (табл. 5).

Таблица 5

##### Шкала оценивания достижения результатов обучения (индикаторов) по уровням

Характеристика уровней достижения результатов обучения (индикаторов)		
№ п/п	Содержание уровня выполнения критерия оценивания результатов	Шкала оценивания

	<b>обучения (выполненное оценочное задание)</b>	<b>Традиционная характеристика уровня</b>		<b>Качественная характеристика уровня</b>
1.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты в полном объеме, замечаний нет	Отлично (80-100 баллов)	Зачтено	Высокий (В)
2.	Результаты обучения (индикаторы) в целом достигнуты, имеются замечания, которые не требуют обязательного устранения	Хорошо (60-79 баллов)		Средний (С)
3.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты не в полной мере, есть замечания	Удовлетворительно (40-59 баллов)		Пороговый (П)
4.	Освоение результатов обучения не соответствует индикаторам, имеются существенные ошибки и замечания, требуется доработка	Неудовлетворительно но (менее 40 баллов)	Не зачтено	Недостаточный (Н)
5.	Результат обучения не достигнут, задание не выполнено	Недостаточно свидетельств для оценивания		Нет результата

## **5. СОДЕРЖАНИЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ**

### **5.1. Описание аудиторных контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля**

#### **5.1.1. Лекции**

Самостоятельное изучение теоретического материала по темам/разделам лекций в соответствии с содержанием дисциплины (п. 1.2. РПД)

#### **5.1.2. Практические/семинарские занятия**

Примерный перечень тем

1. Факторы, влияющие на здоровый образ жизни
2. Социально-психологические особенности формирования принципов здорового образа жизни
3. Критерии и показатели сформированности здорового образа жизни
4. Социологические и статистические показатели здоровья и здорового образа жизни
5. Распространение в молодежной среде заболеваний и негативных явлений, влияющих на здоровье
6. Классификация технологий формирования здорового образа жизни
7. Система реализации технологий формирования здорового образа жизни
8. Информационные, культурно-массовые, досуговые технологии формирования здорового образа жизни

Примерные задания

Обучающимся необходимо изучить научную литературу и подготовиться к дискуссии по темам практических занятий с обсуждением возможности применения полученных знаний в

рамках подготовки диссертации

LMS-платформа – не предусмотрена

## **5.2. Описание внеаудиторных контрольно-оценочных мероприятий и средств текущего контроля по дисциплине модуля**

Разноуровневое (дифференцированное) обучение.

### **Базовый**

#### **5.2.1. Научный доклад/доклад**

Примерный перечень тем

1. Валеологическое образования для современной молодежной аудитории
2. Здоровье как научное, философское понятие и основа человеческой жизнедеятельности
3. Социальное здоровье современной молодежи: понятие и технологии формирования
4. Психическое здоровье современной молодежи: понятие и технологии формирования
5. Физическое здоровье современной молодежи: понятие и технологии формирования
6. Социально-психологическая адаптированность как составляющая социального здоровья современной молодежи
7. Самоактуализация личности как составляющая социального здоровья современной молодежи
8. Социальная направленность как составляющая социального здоровья современной молодежи
9. Теоретические подходы к изучению сущности психического здоровья
10. Теоретические подходы к изучению социального здоровья

Примерные задания

Обучающимся необходимо подготовить доклад на 7 минут или проект научной статьи для публикации в сборнике любой научной конференции на основе доклада. Требования к докладу и статье: вступление - аннотация, введение - теоретическая база исследования, методологическая и экспериментальная база - описание хода исследования и целевой аудитории, результаты, практическая значимость результатов исследования, подведение итогов, заключение. Объем статьи - до 7 стр. Обязательное указание источников постраничное по мере упоминания, оформленных в соответствии с действующим ГОСТ. Доклад может сопровождаться презентацией. Часть 1 научного доклада - это подготовка доклада часть 2 - это подготовка презентации или статьи

LMS-платформа – не предусмотрена

## **5.3. Описание контрольно-оценочных мероприятий промежуточного контроля по дисциплине модуля**

#### **5.3.1. Экзамен**

Список примерных вопросов

1. Средства и формы формирования культуры ЗОЖ, в том числе примеры практических технологий для разных целевых аудиторий – студенческая молодежь
2. Средства и формы формирования культуры ЗОЖ, в том числе примеры практических технологий для разных целевых аудиторий – школьная молодежь

3. Средства и формы формирования культуры ЗОЖ, в том числе примеры практических технологий для разных целевых аудиторий – работающая молодежь
  4. Процессный подход к организации деятельности по формированию ценностей ЗОЖ
  5. Системная модель управления здоровьесберегающей деятельностью
  6. Технологии здоровьесберегающей и здоровьесформирующие деятельности
  7. Иммуитет, определение, виды, способы поддержки
  8. Показатели индивидуального здоровья
  9. Влияющие факторы на здоровье, в том числе на формирование отклонений
  10. Статистические характеристики общественного здоровья детей и подростков
  11. Ценность здоровья у современной молодежи
  12. Здоровье. Определения, структура, здоровье как разнофакторная система
  13. Культура психоэмоционального поведения. Стрессы, эмоциональные стрессовые состояния, их профилактика и восстановление. Основные признаки психоэмоционального благополучия
  14. Оптимальный режим труда и отдыха
  15. Организация физического самосовершенствования
  16. Социальное здоровье
  17. Психическое здоровье
  18. Физическое здоровье, физическая активность
  19. Теория здорового образа жизни. Влияющие факторы и преимущества ЗОЖ.
- Здоровый образ жизни: Определения, структура
20. Гигиена труда и отдыха. Влияние шума, излучения на здоровья и методы защиты, профилактики
  21. Валеологическое обучение и воспитание. Структура, система организации и оценки результата. Валеологическая культура
  22. Взаимодействие валеологии с другими науками
  23. Предмет и объект валеологии. Цель валеологии. Задачи валеологии
  24. История становления валеологии
- LMS-платформа – не предусмотрена

#### **5.4 Содержание контрольно-оценочных мероприятий по направлениям воспитательной деятельности**

Направления воспитательной деятельности сопрягаются со всеми результатами обучения компетенций по образовательной программе, их освоение обеспечивается содержанием всех дисциплин модулей.