

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПОДИСЦИПЛИНЕ

(Адаптационная дисциплина для обучения инвалидов
и лиц с ограниченными возможностями здоровья)

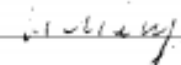
ПРИЕМ 2017 г.

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ очная

Культура здорового образа жизни

Направление подготовки/ специальность	для всех направлений подготовки бакалавриата / для всех специальностей	
Образовательная программа (направленность (профиль))		
Специализация		
Уровень образования	высшее образование – бакалавриат / специалитет	
Курс	семестр	1, 2, 3, 4 (дисциплина по выбору, реализуется в одном из семестров)
Трудоемкость в кредитах (зачетных единицах)	2	

Заведующий кафедрой -
руководитель отделения на
правах кафедры
Преподаватель

	Н.А. Лукьянова
	Н.Н. Мещерякова

2020 г.

1. Роль дисциплины «Культура здорового образа жизни» в формировании компетенций выпускника:

Элемент образовательной программы (дисциплина)	Семестр	Код компетенции	Наименование компетенции	Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенции)	
				Код	Наименование
Культура здорового образа жизни	1, 2, 3, 4 (дисциплина по выбору, реализуется в одном из семестров)	УК(У)-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Бакалавриат	
				УК(У)-6.B2	Владеет навыками использовать источники получения дополнительной информации для повышения уровня общих и профессиональных знаний
				УК(У)-6.B3	Владеет возможностями и инструментами непрерывного образования применительно к собственным интересам и потребностям с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда
				УК(У)-6.Y5	Умеет использовать основные возможности и инструменты непрерывного образования
				УК(У)-6.35	Знает способы личностного роста с учетом профессиональной деятельности
			Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	Специалитет	
				УК(У)-6.B3	Владеет возможностями и инструментами непрерывного образования применительно к собственным интересам и потребностям с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда
				УК(У)-6.Y4	Умеет находить и использовать источники получения дополнительной информации
				УК(У)-6.34	Знает основные возможности и инструменты непрерывного образования применительно к собственным интересам и потребностям
				УК(У)-6.35	Знает способы личностного роста с учетом профессиональной деятельности

2. Показатели и методы оценивания

Планируемые результаты обучения по дисциплине		Код компетенции	Наименование раздела дисциплины	Методы оценивания (оценочные мероприятия)
Код	Наименование			
РД-1	Формирование установки на здоровый образ жизни	УК(У)-6	Раздел 1. Введение в вопросы здорового образа жизни	Защита индивидуального задания, группового задания, экспертная

			Раздел 2. Особенности здорового образа жизни студентов с ограниченными возможностями здоровья	оценка преподавателя, самооценка
РД-2	Владение знаниями и навыками организации здорового образа жизни	УК(У)-6	Раздел 1. Введение в вопросы здорового образа жизни Раздел 2. Особенности здорового образа жизни студентов с ограниченными возможностями здоровья	Защита индивидуального задания, группового задания, экспертная оценка преподавателя, самооценка

3. Шкала оценивания

Порядок организации оценивания результатов обучения в университете регламентируется отдельным локальным нормативным актом – «Система оценивания результатов обучения в Томском политехническом университете (Система оценивания)» (в действующей редакции). Используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов обучения. Итоговая оценка (традиционная и литерная) по видам учебной деятельности (изучение дисциплин, УИРС, НИРС, курсовое проектирование, практики) определяется суммой баллов по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации (итоговая рейтинговая оценка - максимум 100 баллов).

Распределение основных и дополнительных баллов за оценочные мероприятия текущего контроля и промежуточной аттестации устанавливается календарным рейтинг-планом дисциплины.

Рекомендуемая шкала для отдельных оценочных мероприятий входного и текущего контроля

% выполнения задания	Соответствие традиционной оценке	Определение оценки
90%÷100%	«Отлично»	Отличное понимание предмета, всесторонние знания, отличные умения и владение опытом практической деятельности, необходимые результаты обучения сформированы, их качество оценено количеством баллов, близким к максимальному
70% - 89%	«Хорошо»	Достаточно полное понимание предмета, хорошие знания, умения и опыт практической деятельности, необходимые результаты обучения сформированы, качество ни одного из них не оценено минимальным количеством баллов
55% - 69%	«Удовл.»	Приемлемое понимание предмета, удовлетворительные знания, умения и опыт практической деятельности, необходимые результаты обучения сформированы, качество некоторых из них оценено минимальным количеством баллов
0% - 54%	«Неудовл.»	Результаты обучения не соответствуют минимально достаточным требованиям

Шкала для оценочных мероприятий дифференцированного зачета / зачета

Степень сформированности результатов обучения	Балл	Соответствие традиционной оценке	Определение оценки
90% ÷ 100%	90 ÷ 100	«Отлично»	Отличное понимание предмета, всесторонние знания, отличные умения и владение опытом практической деятельности, необходимые результаты обучения сформированы, их качество оценено количеством баллов, близким к максимальному
70% ÷ 89%	70 ÷ 89	«Хорошо»	Достаточно полное понимание предмета, хорошие знания, умения и опыт практической деятельности, необходимые результаты обучения сформированы, качество ни одного из них не оценено минимальным количеством баллов
55% ÷ 69%	55 ÷ 69	«Удовл.»	Приемлемое понимание предмета, удовлетворительные знания, умения и опыт практической деятельности, необходимые результаты обучения сформированы, качество некоторых из них оценено минимальным количеством баллов
55% ÷ 100%	55 ÷ 100	«Зачтено»	Результаты обучения соответствуют минимально достаточным требованиям
0% ÷ 54%	0 ÷ 54	«Неудовл.»/ «Не зачтено»	Результаты обучения не соответствуют минимально достаточным требованиям

4. Перечень типовых заданий

	Оценочные мероприятия	Примеры типовых контрольных заданий
1.	Задание	1. Самооценка по вопросу наличия/ отсутствия вредных привычек, их влияния на организм. Самооценка физической активности. Разработка типового здорового режима дня. Самооценка по вопросу здорового / не здорового питания. Разработка сбалансированного меню на неделю(Он-лайн калькулятор на Takzdorovo.ru). 2. Методики поддержания ЗОЖ в зависимости от нозологии. Разработка рекомендаций по одной из нозологий (по выбору студента). 3. Основные этапы физического самовоспитания. Дневник самоконтроля.
2.	Кейс-задание	Факторы риска ЗОЖ студентов и минимизация их негативного влияния. Групповая работа. Оценка рисков здоровью с точки зрения студенческого образа жизни, разработка и защита рекомендаций по ЗОЖ «Памятка студенту»
3.	Тренинг	1. Тренинг по снятию психологического напряжения, связанного с перегрузками, связанными с учебным процессом (физическая, эмоциональная и когнитивная регуляция). Пример, тренинги представляют собой ряд упражнений: аутотренинг и упражнения на глубокое дыхание, «улыбка фараона», упражнения на рационализацию травмирующего фактора, разработка альтернативных стратегий поведения, переключение внимания и пр. 2. Тренинг на коммуникацию. Упражнения на развитие коммуникативных навыков, ролевые игры, коллективные обсуждения.

	Оценочные мероприятия	Примеры типовых контрольных заданий
4.	Тестирование	Диагностика здорового образа жизни. Методики измерения установок. Тестирование проводится методом раздаточного анкетирования, анализ полученных результатов совместно с преподавателем

5. Методические указания по процедуре оценивания

	Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания
1.	Задание	Задание дается на практике на закрепление теоретического материала и выработку навыков применения полученных знаний. Метод оценивания – экспертная оценка преподавателя. Критерии оценивания (от 0-до 5 баллов, 1 бал за соответствие каждому критерию): соответствие ответа поставленной задаче, полнота использованных элементов, соблюдение заданной структуры, новизна, яркость подачи. Специальное задание: Разработка документа: Правила этикета для организации. Метод оценивания - экспертная оценка преподавателя. Максимально 20 баллов. Критерии: - качество оформления текста – 0-5 баллов; - соответствие Правил характеру деятельности организации – 0-5 баллов; - полнота правил – 0-5 баллов; - четкость формулировок – 0-5 баллов. Самооценка проводится методом раздаточного анкетирования
2.	Кейс-задание	Групповая форма работы. Задание дается на практике на закрепление теоретического материала и выработку навыков применения полученных знаний. Метод оценивания - экспертная оценка преподавателя. Баллы проставляются индивидуально всем членам группы по согласованию с группой личного вклада каждого. Критерии оценивания (от 0-до 5 баллов, 1 бал за соответствие каждому критерию): соответствие ответа поставленной задаче, полнота использованных элементов, соблюдение заданной структуры, новизна, яркость подачи.
3.	Тренинг	Тренинги направлены на выработку навыков и индивидуального стиля выступления. Метод оценивания – экспертная оценка преподавателя. Критерии оценивания (от 0-до 5 баллов): выполнение всех элементов тренинга.
4.	Тестирование	Особенности делового этикета в разных странах (на примере одной из стран) Метод оценивания – взаимная оценка обучающимися. Максимально – 24 балла: - качество презентации: 0-6 баллов; - качество выступления: 0-6 баллов; - соответствие выступления и презентации поставленной задаче 0-6 баллов; - полнота объема и красочность материала: 0-6 баллов.

	Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания