

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Тобольский педагогический институт им.Д.И.Менделеева (филиал)
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Шилов С.П.



ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Тьюторство здоровьесбережения

для обучающихся по направлению подготовки
44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль: Тьюторство
Форма обучения: очная

1. Паспорт оценочных материалов по дисциплине «Тьюторство здоровьесбережения».

№	Темы дисциплины (модуля)/Разделы (этапы) практики в ходе текущего контроля, вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен, с указанием семестра)	Код и содержание компетенции	Оценочные материалы (виды и количество)
1	Роль тьютора в здоровьесбережении	УК-8 – способность создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	Устные ответы на семинарах Выполнение письменных домашних заданий: Глоссарий. Конспектирование литературы.
2	Тьютор по здоровьесбережению в образовании	ПК-2-способность осуществлять деятельность по обеспечению психолого-педагогического и социально-психологического сопровождения личности, в т. ч. лиц с ограниченными возможностями здоровья.	Устные ответы на семинарах Выполнение письменных домашних заданий: Глоссарий. Конспектирование литературы.
3	Основные представления о здоровой личности	УК-8 – способность создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	Устные ответы на семинарах Выполнение письменных домашних заданий. Глоссарий. Конспектирование литературы.
4	Современные технологии в самооценке психического и психосоматического здоровья	УК-7- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. УК-8 – способность создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	Устные ответы на семинарах Выполнение письменных домашних заданий: Глоссарий. Конспектирование литературы.

5	Технологии сохранения и укрепления здоровья	ПК-2-способность осуществлять деятельность по обеспечению психолого-педагогического и социально-психологического сопровождения личности, в т. ч. лиц с ограниченными возможностями здоровья.	Устные ответы на семинарах Выполнение письменных домашних заданий: Конспектирование литературы.
6	Пути формирования здоровья школьников	УК-7- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. УК-8 – способность создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	Устные ответы на семинарах Выполнение письменных домашних заданий: Глоссарий. Конспектирование литературы.
7	Основные направления здоровьесбережения студентов	УК-7- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Устные ответы на семинарах Выполнение письменных домашних заданий: Глоссарий. Конспектирование литературы. Ответы на вопросы для самостоятельного изучения.
8	Основы сохранения здоровья в профессиональной деятельности	УК-7- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Устные ответы на семинарах Выполнение письменных домашних заданий: Глоссарий. Конспектирование литературы. Ответы на вопросы для самостоятельного изучения.
9	Технологии сбережения психосоциального здоровья детей	УК-7- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и	Устные ответы на семинарах Выполнение письменных домашних заданий: Глоссарий.

		профессиональной деятельности.	Конспектирование литературы. Ответы на вопросы для самостоятельного изучения.
10	Технологии формирования здорового образа жизни у детей на разных возрастных этапах	УК-8 – способность создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	Устные ответы на семинарах Выполнение письменных домашних заданий: Глоссарий. Конспектирование литературы. Ответы на вопросы для самостоятельного изучения.
11	Экзамен	УК-7- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. УК-8 – способность создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций. ПК-2-способность осуществлять деятельность по обеспечению психолого-педагогического и социально-психологического сопровождения личности, в т. ч. лиц с ограниченными возможностями здоровья.	Ответы на экзаменационные вопросы. В каждом экзаменационном билете по два вопроса из общего списка.

2. Виды и характеристика оценочных средств

Оценивание осуществляется в рамках балльной системы, разработанной преподавателем и доведенной до сведения обучающихся на первом занятии.

№	Виды оцениваемой работы	Количество баллов	
		Текущий контроль	Промежуточный контроль
1	Посещение занятия	0-30	-
2	Контрольная работа	0-20	-

3	Решение ситуационных задач	0-7	-
4	Устный ответ	0-5	0-30
5	Выполнение заданий для самостоятельной работы	0-13	0-13

Промежуточная аттестация может быть выставлена с учетом совокупности баллов, полученных обучающимся в рамках текущего контроля.

Перевод баллов в оценки (экзамен)

№	Баллы	Оценки
1.	61-75 баллов	«удовлетворительно»
2.	76-90 баллов	«хорошо»
3.	91-100 баллов	«отлично»

3. Оценочные средства

№ тем ы	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
1	Здоровьесберегающие технологии в работе тьютора	Работа с портфолио. Составление презентации по теме. Эссе.
2	Технологии сохранения и укрепления здоровья	Работа с портфолио. Составление презентации по теме. Реферирование литературы.
3	Пути формирования здоровья школьников	Работа с портфолио. Составление структурно-логической схемы.
4	Основные направления здоровьесбережения студентов	Работа с портфолио. Составление презентации по теме. Реферирование литературы.
5	Основы сохранения здоровья в профессиональной деятельности	Аннотация журнальной статьи по теме. Составление презентации по теме. Тестирование.

Темы для написания рефератов

1. Основы психологии здоровья.
2. Роль тьютора в здоровьесбережении учащихся.
3. Здоровьесберегающие технологии в сфере подростков и молодежи.
4. Технологии здоровьесбережения детей в образовании.
5. Технологии сохранения и стимулирования здоровья.
6. Технологии обучения здоровому образу жизни.
7. Основные здоровьесберегающие педагогические технологии.
8. Психология здоровья личности.

Тестовые задания по дисциплине

Тестовые вопросы сгруппированы по актуальным проблемам учебного курса.

Следует обратить внимание, что в каждом вопросе может быть один или несколько правильных ответов из предлагаемого перечня.

1. Здоровьесберегающая технология это –

- а) ...это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.
- б) ...образ жизни человека, направленный на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление человеческого организма в целом.
- в) ...это процесс сохранения и развития биологических, психических,
- г) физиологических функций, оптимальной трудоспособности и социальной
- д) активности человека при максимальной продолжительности его активной жизни.

2. Какие главные факторы риска влияют на здоровье учащихся?

- а) недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей
- б) некомпетентность педагогов
- в) несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников

3. Виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

Найдите лишнее.

- а) медико-профилактические;
- б) физкультурно-оздоровительные;
- в) технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- г) здоровьесбережения и здоровьєобогащения педагогов дошкольного образования;
- д) спортивные технологии;
- е) валеологического просвещения родителей;
- ж) здоровьесберегающие образовательные технологии в ДОУ.

4. Выделяют три группы здоровьесберегающих технологий. Отметьте их.

- а) коррекционные технологии;
- б) игровые технологии;
- в) технологии сохранения и стимулирования здоровья;
- г) технологии обучения здоровому образу жизни;
- д) информационно-коммуникативные технологии;
- е) личносно - ориентированные технологии.

5. Утренняя гимнастика. Физкультурные занятия. Игротренинги и игротерапия. Самомассаж. Точечный массаж. Активный отдых. Коммуникативные игры. Занятия из серии «Здоровье». Биологическая обратная связь (БОС). К какой группе относят данные технологии?

.....

6. Эта технология прекрасное средство предотвратить частые простудные заболевания, укрепить иммунитет. А еще стимулирует работу нервной системы, головного мозга и сердца, а также полезна для развития речи у детей. (Наиболее распространенные авторы Стрельникова А.Н., Пантелеева Е.В.)

- а) Утренняя гимнастика;
- б) Гимнастика бодрящая (после дневного сна);
- в) Дыхательная гимнастика.

7. Это самый лучший способ снятия напряжения (нервного, физического и психического), а также расслабления, что позволяет ликвидировать фактор раздражения. После выполнения специальных упражнений ребенок становится спокойным и уравновешенным. Он начинает лучше осознавать свои чувства. Расслабление позволяет маленькому человечку сконцентрировать внимание и снять возбуждение. О какой здоровьесберегающей технологии идет речь?

- а) Психогимнастика;
- б) Точечный массаж;
- в) Релаксация;
- г) Сказкотерапия.

8. Данная технология снимает застойные явления, вызываемые продолжительным сидением за столом, дают отдых утомленным мышцам, а также органам зрения и слуха.

- а) Динамические паузы. Физкультминутки;
- б) Игротренинги и игротерапия;
- в) Подвижные и спортивные игры.

9. Это и лечение, и развлечение, и развитие одновременно. В процессе размазывания, смешения, разбрызгивания, подбора и импульсивного рисования малыш безболезненно выражает свои чувства. О какой терапии идет речь?

- а) Библиотерапия;
- б) Цветотерапия;
- в) Арт-терапия;
- г) Музыкаотерапия.

10. Целью этой гимнастики – является укрепление мышц свода стопы у детей через комплекс специальных упражнений.

- а) Занятия на тренажерах;
- б) Гимнастика корригирующая;
- в) Гимнастика ортопедическая;
- г) Ритмопластика.

11. Игровой стретчинг это –

- а) ...это система специальных упражнений, сочетающая речь и движение, где проговаривание речевого материала (звуков, слогов, текстов) сопровождается движениями (рук, ног, головы, корпуса).
- б) ...это специально подобранные упражнения на растяжку мышц, проводимые с детьми в игровой форме.
- в) ...это уникальная методика, оказывающая влияние при проникновении разнообразных оттенков цвета на мозг и светозависимые гормоны ребенка.

12. Кому принадлежит высказывание: «Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

- а) К. Д. Ушинский;
- б) В. А. Сухомлинский;
- в) А. С. Макаренко.

13. Какие направления охватывают здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе школы?

- а) организация образовательного процесса на основе санитарных норм и гигиенических требований
- б) формирование ценности здоровья и ЗОЖ
- в) двигательная активность (уроки физкультуры, динамические паузы в течение дня, спортивно-массовая работа)
- г) все варианты верны

14. Какие задачи позволяет решить использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач?

- а) Обеспечение психологической разгрузки учащихся
- б) Побуждение к активизации самостоятельной познавательной деятельности
- в) Помощь слабому ученику и уделение внимания сильному

15. Какой первый шаг при введении здоровьесберегающих технологий в школе?
- а) выявить отрицательные воздействия образовательной организации на здоровье обучающихся и осознать необходимость решения данных проблем
 - б) освоить необходимые здоровьесберегающие технологии и обрести компетенции
 - в) использовать полученные знания, умения и навыки на практике, тесно взаимодействуя друг с другом, медицинскими работниками, обучающимися и родителями
16. Согласно системе оценки Л. А. Харисовой и Ф. Ф. Харисова, на каких критериях основана оценка здоровьесберегающей технологии?
- а) актуальность, полезность
 - б) контролируемость, реализуемость
 - в) необходимость, осознание
17. Что относится к критериям здоровьесбережения на уроке?
- а) поза учащегося, чередование позы
 - б) обстановка и гигиенические условия в классе
 - в) наличие мотивации деятельности учащихся на уроке
 - г) все варианты верны
18. Психогимнастика — это:
- а) упражнения, этюды, игры, направленные на развитие и коррекцию разных сторон психики ребенка
 - б) использование музыки в качестве лечебного средства
 - в) воздействие разнообразно окрашенным светом на человека с целью его излечения
19. Цветотерапия — это:
- а) упражнения, этюды, игры, направленные на развитие и коррекцию разных сторон психики ребенка
 - б) использование музыки в качестве лечебного средства
 - в) воздействие разнообразно окрашенным светом на человека с целью его излечения
20. Какие факторы риска снимает практика преподавания интерактивного обучения?
- а) стрессовую педагогическую практику
 - б) интенсификацию учебного процесса
 - в) пассивность учащихся

Тест оценивается по 8-балльной системе:

- правильных ответов 90-100% - 8 баллов;
- правильных ответов 70-89% - 5 баллов;
- правильных ответов 50-69% - 3 балла;
- правильных ответов менее 50% - 0 баллов.

Вопросы к экзамену

1. Здоровьесберегающая функция тьютора.
2. Тьюторство и формирование здорового образа жизни.
3. Компоненты готовности тьютора к здоровьесберегающей деятельности.
4. Дефиниции, отражающие разные аспекты психологии здоровья.
5. Современные представления о здоровье и болезни, норме и патологии.
6. Переходные состояния между здоровьем и болезнью.
7. Самосознание и психосоматическое здоровье.
8. Здоровье как ценность личности.
9. Критерии психического и соматического здоровья.
10. Понятие о самодиагностике психического и психосоматического состояния человека.
11. Методы диагностики в психологии здоровья.

12. Психопрофилактика и психогигиена, психосоматические соотношения у здоровых (психосоматика).
13. Комплексная универсальная модель развития человека - «Цветок потенциалов» В.А. Ананьева.
14. Назовите аспекты здоровья и в чем их сущность.
15. Системные представления о здоровье на популяционном, групповом и индивидуальном уровне.
16. Здоровье групп: здоровье семьи, здоровье профессиональных групп.
17. Понятия «технологии», «здоровьесберегающие технологии».
18. Методологическая основа здоровьесберегающих технологий - валеология.
19. Здоровьесберегающие технологии и их применение в образовании.
20. Факторы, влияющие на здоровье, критериальные показатели; динамика состояния здоровья населения России в настоящее время.
21. Здоровьесберегающая среда.
22. Классификация здоровьесберегающих технологий.
23. Методы диагностики здоровья.
24. Актуальные вопросы охраны здоровья подростков.
25. Понятие о критериях здоровья индивидуума и группы здоровья.
26. Факторы ухудшения нервно-психического здоровья учащихся.
27. Основные здоровьесберегающие педагогические технологии.
28. Взаимодействие различных специалистов в решении проблемы сохранения и укрепления здоровья учащихся.
29. Формирование мотивации здорового образа жизни у студентов.
30. Предупреждение девиантного поведения студентов вуза.
31. Понятие о факторах риска в профессиональной деятельности и негативном влиянии их на организм.
32. Предупреждение ранней профессиональной деформации и профессионально обусловленных заболеваний.
33. Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности.
34. Состояние здоровья подрастающего поколения в Российской Федерации.
35. Влияние социальных факторов на здоровьесбережение ребенка.
36. Здоровьесберегающий потенциал различных социальных сфер.
37. Факторы, неблагоприятно влияющие на здоровьесбережение подрастающего поколения.
38. Современные подходы и принципы здоровьесбережения детей.
39. Технологии здоровьесбережения детей и их классификации.
40. Закономерности физического развития ребенка.
41. Отклонения в физическом здоровье под влиянием различных социальных факторов.
42. Диагностика физического здоровья ребенка.
43. Проблема адаптации детей к учебным нагрузкам.
44. Технологии сбережения физического здоровья детей на разных возрастных этапах.
45. Отклонения в психическом здоровье детей под влиянием различных социальных факторов.
46. Диагностика психического здоровья ребенка.

47. Технологии сбережения психического здоровья детей в семье и в различных образовательных учреждениях.
48. Профилактические и коррекционные технологии и оценка их эффективности на различных этапах развития ребенка.
49. Диагностика психосоциального здоровья ребенка.
50. Технологии сбережения психосоциального здоровья детей.
51. Роль тьютора в формировании здорового образа жизни у детей.
52. Личностно-развивающие, педагогические технологии в формировании здорового образа жизни на разных этапах развития ребенка.
53. Специфика использования технологий в семейной среде и в среде различных образовательных учреждений.
54. Современные подходы к сбережению здоровья человека в различных социальных сферах.
55. Основы физической культуры и здорового образа жизни.