

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**
Оздоровительные технологии

Код модуля
1156199(0)

Модуль
Комплексная система реабилитации и абилитации

Екатеринбург

Оценочные материалы составлены автором(ами):

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Семенова Галина Ивановна	канд.п.н., доцент	доцент	Теории физической культуры
2	Серова Нина Борисовна	кандидат педагогических наук, доцент	Заведующий кафедрой	сервиса и оздоровительных технологий
3	Слушкина Елена Александровна	кандидат педагогических наук, доцент	Доцент	физической культуры

Согласовано:

Управление образовательных программ

С.А. Иванченко

Авторы:

- Серова Нина Борисовна, Заведующий кафедрой, сервиса и оздоровительных технологий
- Слушкина Елена Александровна, Доцент, физической культуры

1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ Оздоровительные технологии

1.	Объем дисциплины в зачетных единицах	3	
2.	Виды аудиторных занятий	Лекции Практические/семинарские занятия	
3.	Промежуточная аттестация	Зачет	
4.	Текущая аттестация	Контрольная работа	1
		Реферат	1

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ Оздоровительные технологии

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
ОПК-3 -Способен проводить исследования при решении прикладных и/или фундаментальных задач в области профессиональной деятельности, включая критическую оценку и интерпретацию результатов	Д-1 - Демонстрировать навыки критического и логического мышления в научной деятельности З-1 - Определять основные принципы и методологию проведения исследований, методы оценки и интерпретации результатов при решении прикладных и/или фундаментальных задач в области профессиональной деятельности У-1 - Критически оценивать существующие методологические подходы и определять адекватную задачам	Зачет Контрольная работа Лекции Практические/семинарские занятия Реферат

	методологию проведения исследования	
ОПК-6 -Способен аргументированно представлять результаты своей профессиональной деятельности	Д-1 - Демонстрирует навыки эффективной коммуникации при презентации результатов своей профессиональной деятельности З-2 - Определять логику, методы и приемы аргументации с целью презентации результатов профессиональной деятельности У-1 - Выбирать адекватную форму представления результатов профессиональной деятельности	Зачет Контрольная работа Лекции Практические/семинарские занятия
ПК-1 -Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования	З-1 - Делает обзор основных эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья З-2 - Перечисляет методы сбора, оценки качества и результативности работы инструкторов-методистов по адаптивной физической культуре, тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре, тренеров по адаптивному спорту П-1 - Имеет опыт разработки наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья П-2 - Использует формы и методы обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты, полевая практика У-1 - Обосновывает основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий	Зачет Лекции Практические/семинарские занятия
ПК-7 -Способен формировать осознанное	З-1 - Объясняет основные принципы формирования здорового образа жизни с	Зачет Лекции

<p>отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться</p>	<p>учетом социально-психологических особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья П-1 - Предлагает способы ведения осознанного отношения к занятиям адаптивной физической культурой и здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья П-3 - Использует методы, приемы и способы формирования благоприятного психологического климата и обеспечения условий для сотрудничества обучающихся У-2 - Создает педагогические условия для формирования и развития самостоятельного контроля и оценки обучающимися процесса и результатов освоения образовательной программы</p>	<p>Практические/семинарские занятия Реферат</p>
---	--	--

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

<p>1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0.60</p>		
<p>Текущая аттестация на лекциях</p>	<p>Сроки – семестр, учебная неделя</p>	<p>Максимальная оценка в баллах</p>
<p><i>активность на занятиях</i></p>	<p>6,10</p>	<p>40</p>
<p><i>защита реферата</i></p>	<p>6,12</p>	<p>10</p>
<p><i>реферат</i></p>	<p>6,11</p>	<p>50</p>
<p>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – 0.60</p>		
<p>Промежуточная аттестация по лекциям – зачет Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – 0.40</p>		
<p>2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 0.40</p>		
<p>Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях</p>	<p>Сроки – семестр,</p>	<p>Максимальная оценка в баллах</p>

	учебная неделя	
<i>активность на занятиях</i>	6,12	40
<i>контрольная работа</i>	6,13	60
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям– 1.00		
Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям–нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям– 0.00		
3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий –не предусмотрено		
Текущая аттестация на лабораторных занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лабораторным занятиям -не предусмотрено		
Промежуточная аттестация по лабораторным занятиям –нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено		
4. Онлайн-занятия: коэффициент значимости совокупных результатов онлайн-занятий –не предусмотрено		
Текущая аттестация на онлайн-занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по онлайн-занятиям -не предусмотрено		
Промежуточная аттестация по онлайн-занятиям –нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по онлайн-занятиям – не предусмотрено		

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– не предусмотрено		
Весовой коэффициент промежуточной аттестации выполнения курсовой работы/проекта– защиты – не предусмотрено		

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 обучения (выполненное оценочное задание)	Шкала оценивания		
		Традиционная характеристика уровня		Качественная характеристика уровня
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,	Неудовлетворительно (менее 40 баллов)	Не зачтено	Недостаточный (Н)

	имеются существенные ошибки и замечания, требуется доработка		
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. Классификация спортивно-оздоровительных технологий, используемых в сфере спортивно-оздоровительного сервиса.
2. Организации, предоставляющие услуги по ведению спортивно-оздоровительных технологий.
3. Общие представления о механизмах оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм человека.
4. Методология оздоровительной тренировки.
5. Физкультурные занятия: задачи, структура, классификация (учебно-тренировочные, сюжетные, игровые, комплексные, физкультурно-познавательные, тематические, контрольные), методика проведения.
6. Системы оздоровительной гимнастики.

LMS-платформа

1. не предусмотрено

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

Разноуровневое (дифференцированное) обучение.

Базовый

5.2.1. Контрольная работа

Примерный перечень тем

1. Роль и значение дисциплины «спортивно-оздоровительные технологии» в профессиональной подготовке специалистов
2. Основные естественные и функциональные факторы оздоровления.
3. Залы для физкультурно-оздоровительных занятий. Фитнес – центры.
4. Тренажеры и оборудование в интерьере фитнес-клуба.
5. Безопасность на спортивных сооружениях.

Примерные задания

Напишите характеристику залов для физкультурно-оздоровительных занятий.

LMS-платформа

1. не предусмотрено

5.2.2. Реферат

Примерный перечень тем

1. Организации, предоставляющие услуги по ведению спортивно-оздоровительных технологий. Предприятия спортивно-оздоровительного сервиса: виды, особенности услуг.
2. Общие представления о механизмах оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм человека.
3. Методология оздоровительной тренировки.
4. Ритмическая гимнастика.
5. Оздоровительная аэробика, направления и характеристика. Оздоровительный эффект аэробики.
6. Стретчинг. Срочные эффекты растягивания.
7. Система физических упражнений в фитнесе.
8. Отличительные особенности восточных оздоровительных систем. Йога – оздоровительная система.
9. Презентация 10 лучших фитнес-центров.
10. Особенности воздействия изотонических и изометрических упражнений.

Характеристика методик изотонических упражнений.

Примерные задания

1. Напишите методологию оздоровительной тренировки.
2. Создайте презентацию (в программе для презентаций) на тему: "Оздоровительная аэробика, направления и характеристика. Оздоровительный эффект аэробики". Примерно 15-20 слайдов.

LMS-платформа

1. не предусмотрено

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

5.3.1. Зачет

Список примерных вопросов

1. Классификация спортивно-оздоровительных технологий, используемых в сфере спортивно-оздоровительного сервиса
2. Оздоровительное воздействие аэробных упражнений
3. Перечислите основные функциональные факторы оздоровления
4. Основные естественные факторы оздоровления
5. Разграничьте понятия «Сохранение здоровья», «Формирование здоровья», «Укрепление здоровья».
6. Дайте определение понятию «Здоровый образ жизни»
7. Суть оздоравливающего эффекта физических упражнений
8. Задачи оздоровительной физической тренировки
9. Средства оздоровительной физической тренировки

10. Основная классификация видов аэробики. Их характеристика
 11. Основные группы направлений оздоровительной аэробики
 12. Типы растягивающих упражнений. Технология, при которой применяются
 13. Направления бодибилдинга. Сходства и различия
 14. Содержание и особенность методики занятия шейпингом
 15. Понятие фитнес. Отличие его от шейпинга
 16. Виды и особенности фитнеса
 17. Охарактеризуйте виды тренинга, используемого в фитнесе, их целевую направленность и специфику средств
 18. Пилатес. Характеристика, принципы, подход, направленность
 19. Отличительные особенности восточных оздоровительных систем
 20. Основы построения оздоровительной тренировки
 21. Понятия «физкультурно-спортивное объединение», «физкультурно-спортивная организация».
 22. Задачи и функции физкультурно-спортивных объединений и физкультурно-спортивных организаций
 23. Понятия «физкультурно-оздоровительная работа», «массовая физическая культура». Условия реализации
 24. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы на производстве
 25. Комплекс мер, направленных на повышение эффективности организации физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства и отдыха
 26. Построение спортивной тренировки (структура тренировочного процесса)
 27. Приоритетные направления деятельности государства по развитию спортивно-оздоровительного сервиса
 28. Физкультурный досуг: задачи, варианты и методика проведения.
 29. Формы организации физического воспитания студентов в режиме учебной и внеучебной работы.
 30. Функции спортивно-оздоровительного сервиса.
 31. Фитнес и велнес как виды спортивно-оздоровительного сервиса
 32. Требования по распределению функций и работ в рамках организации деятельности и управления персоналом предприятий сферы спортивно-оздоровительного сервиса
 33. Пропаганда массовой физкультурно-спортивной работы. Цели и задачи пропаганды
 34. Пропаганда физкультурно-оздоровительной работы с использованием средств массовой информации: печати, радио, телевидения
 35. Принципы рекламы в сфере физкультурно-оздоровительной работы
 36. Оздоровительные основы физических упражнений
 37. Калланетика. Понятие и назначение
 38. Механизмы оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм человека
- LMS-платформа
1. не предусмотрено

5.4 Содержание контрольно-оценочных мероприятий по направлениям воспитательной деятельности

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения	Контрольно-оценочные мероприятия
Формирование социально-значимых ценностей	целенаправленная работа с информацией для использования в практических целях	Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной успешной профессиональной деятельности	ПК-1	З-1 З-2 У-1 П-1 П-2	Зачет Контрольная работа Лекции Практические/семинарские занятия Реферат