

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bff679172803da5b7b5591c69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра современных оздоровительных технологий и адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДЕН
на заседании кафедры современных
оздоровительных технологий и адаптивной
физической культуры
Протокол от «14» 04 2024г.
Зав. кафедрой Семенова С.А.



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

Физическая рекреация

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование

Профиль:
«Физическая культура и дополнительное образование»

Квалификация
Бакалавр

Форма обучения
Очная

Мытищи
2024

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	3
2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкало оценивания.....	3
3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и (или) навыков опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	6
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	10

1.Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Выпускник по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура и дополнительное образование» с квалификацией (степенью) «бакалавр» должен обладать следующими компетенциями: **ПК 7.**

Код и наименование компетенций	Этапы формирования
ПК-7. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.	1.Работа на учебных занятиях: лекции, практические занятия, лабораторные занятия. 2.Самостоятельная работа (домашнее задание – конспектирование дополнительной учебной и научно-методической литературы; написание реферата; подготовка доклада).

2.Описание показателей и критериев оценивании компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

	Уровень сформированности	Этап сформированности	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
ПК-7	Пороговый	1Работа на учебных занятиях 2 Самостоятельная работа	Знать: - факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по физической культуре; - физиологические основы здоровьесбережения в процессе физкультурно-спортивной деятельности Уметь: планировать и проводить профилактические мероприятия по предупреждению детского травматизма в процессе занятий ФК -оценивать подбор средств для занятий ФК в соответствии с возрастными особенностями развития индивида Владеть: основными приемами оказания первой доврачебной помощи пострадавшим - методикой построения физической кривой урока ФК	Реферат Устный опрос	Шкала оценивания, реферата устного опроса,
	Продвинутый			Реферат Устный опрос	Шкала оценивания, реферата устного опроса,

ШКАЛЫ ОЦЕНИВАНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ РАБОТ

Шкала оценивания устного опроса

Критерии оценивания	Баллы
высокая активность на практических занятиях, содержание и изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечает на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.	10
участие в работе на практических занятиях, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечает на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	5
низкая активность на практических занятиях, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.	2
отсутствие активности на практических занятиях, студент показал незнание материала по содержанию дисциплины.	0

Шкала оценивания реферата

Критерии оценивания	Баллы
Содержание соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечает на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения	25
Содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой источниковой базе и не учитывает новейшие достижения науки, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения	15
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы; содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, источниковая база является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения историографии темы, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы	5
Работа не имеет логичной структуры, содержание работы в основном не соответствует теме, источниковая база исследования является недостаточной для решения поставленных задач, студент показал неуверенное владение материалом, неумение формулировать собственную позицию.	0

Шкала оценивания зачета

Критерии оценивания	Баллы
студент быстро и самостоятельно готовится к ответу; при ответе полностью раскрывает сущность поставленного вопроса; способен проиллюстрировать свой ответ конкретными примерами; демонстрирует понимание проблемы и высокий уровень ориентировки в ней; формулирует свой ответ самостоятельно, используя лист с письменным вариантом ответа лишь как опору, структурирующую ход рассуждения	20
студент самостоятельно готовится к ответу; при ответе раскрывает основную сущность поставленного вопроса; демонстрирует понимание проблемы и достаточный уровень ориентировки в ней, при этом затрудняется в приведении конкретных примеров.	10
студент готовится к ответу, прибегая к некоторой помощи; при ответе не в полном объеме раскрывает сущность поставленного вопроса, однако, при этом, демонстрирует понимание проблемы.	5
студент испытывает выраженные затруднения при подготовке к ответу, пытается воспользоваться недопустимыми видами помощи; при ответе не раскрывает сущность поставленного вопроса; не ориентируется в рассматриваемой проблеме; оказываемая стимулирующая помощь и задаваемые уточняющие вопросы не способствуют более продуктивному ответу студента.	0

3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

ПК-7. *Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.*

Знать: *факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по физической культуре;*

- физиологические основы здоровьесбережения в процессе физкультурно-спортивной деятельности

Задания, необходимые для оценивания сформированности ПК-7 на пороговом уровне

Примерные вопросы для текущего контроля

1. Рекреационное пространство.
2. Основные направления, виды и формы рекреационно-оздоровительной деятельности.
3. Этапы становления и развития физической рекреации.
4. Типы рекреационной деятельности.
5. Сравнительная характеристика использования различных средств физкультуры и спорта, разных видов упражнений в целях рекреации.
6. Инклюзивная рекреационная деятельность.
7. Ежедневная (постоянная) рекреационная деятельность.
8. Основные формы, структура и содержание самостоятельных занятий.
9. Основные варианты программ рекреационных тренировок.
10. Оздоровительная и спортивная рекреация.

11. Маршрутный туризм.
12. Классификация и структурные особенности рекреационной деятельности.
13. Виды рекреационно-оздоровительных мероприятий и особенности их проведения.
14. Еженедельная рекреационная деятельность.
15. Компенсаторная рекреационная деятельность.
16. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно-оздоровительной и рекреационной туристской деятельности.
17. Основы методики построения одного занятия и циклов занятий различной продолжительности, в зависимости от возраста, пола, уровня здоровья, профессиональной деятельности, склонностей.
18. Особенности состава средств, их отбор, гарантирующий оздоровительный эффект занятий рекреативной направленности.

Примерная тематика рефератов

Этапы становления и развития физической рекреации.

2. Сравнительная характеристика использования различных средств физкультуры и спорта, разных видов упражнений в целях рекреации.
3. Основные формы, структура и содержание самостоятельных занятий.
4. Лечебно-курортная рекреация.
5. Оздоровительная и спортивная рекреация.
6. Маршрутный туризм.
7. Виды рекреационно-оздоровительных мероприятий и особенности их проведения.
8. Еженедельная рекреационная деятельность.
9. Компенсаторная рекреационная деятельность.
10. Суточный цикл рекреационной деятельности.
11. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно-оздоровительной и рекреационной туристской деятельности.
12. Основы методики построения одного занятия и циклов занятий различной продолжительности, в зависимости от возраста, пола, уровня здоровья, профессиональной деятельности, склонностей.
13. Организационно-методические условия комплексирования различных видов рекреативной деятельности с гигиеническими и естественно-средовыми факторами.
14. Размещение физкультурно-рекреационных сооружений жилых районов на территории природного комплекса.
15. Требования к открытым плоскостным физкультурно-оздоровительным и физкультурно-рекреационным сооружениям.

ПК-7. *Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.*

Уметь *планировать и проводить профилактические мероприятия по предупреждению детского травматизма в процессе занятий ФК
-оценивать подбор средств для занятий ФК в соответствии с возрастными особенностями развития индивида*

Задания, необходимые для оценивания сформированности ПК-7 на продвинутом уровне

Примерные вопросы для текущего контроля

1. Организационно-методические условия комплексирования различных видов рекреативной деятельности с гигиеническими и естественно-средовыми факторами.
2. Размещение физкультурно-рекреационных сооружений жилых районов на территории природного комплекса.
3. Требования к открытым плоскостным физкультурно-оздоровительным и физкультурно-рекреационным сооружениям.
4. Производственная физическая культура, ее цели и задачи.
5. Методические основы производственной физической культуры
6. Влияние условий труда и быта специалиста на выбор форм, методов и средств ПФК
7. Методика составления комплексов упражнений в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня
8. Вводная гимнастика.
9. Производственная гимнастика
10. Типовые комплексы производственной гимнастики, разработанные применительно к четырем видам работ.
11. Физкультурная пауза, физкультминутка.
12. Особенности организации рекреационной деятельности.
13. Рекреационно-лечебные занятия.
14. Методы проведения педагогического и медико-биологического контроля.
15. Профилактика травматизма.
16. Физкультурный досуг, физкультурные праздники, дни здоровья.

Примерная тематика рефератов

1. Требования к трассам горнолыжного спорта
2. Требования к местам массовых занятий сноубордом.
3. Требования к местам занятий натурбану.
4. Требования к местам занятий санным спортом.
5. Требования к трассам маунтинбайка (горного велосипеда).
6. Требования к открытым тренировочным сооружениям скалолазания.
7. Требования к площадке пляжного волейбола.
8. Требования к местам занятий пейнтболом.
9. Производственная физическая культура, ее цели и задачи.
10. Методические основы производственной физической культуры
11. Влияние условий труда и быта специалиста на выбор форм, методов и средств ПФК
12. Методика составления комплексов упражнений в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня
13. Типовые комплексы производственной гимнастики, разработанные применительно к четырем видам работ.
14. Рекреационно-лечебные занятия.
15. Определение состояния здоровья занимающихся и решение вопросов допуска их к занятиям в различных формах рекреационной ФК.
16. Врачебно-педагогический контроль на занятиях рекреационной ФК.

Промежуточная аттестация

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ

1. Рекреационное пространство
2. Основные виды и формы рекреационно-оздоровительной деятельности
3. Общая характеристика государственного регулирования рекреационно-оздоровительной деятельности

4. Общая характеристика общественно-самодеятельного регулирования рекреационно-оздоровительной деятельности
5. Типы рекреационной деятельности
6. Сравнительная характеристика использования различных средств физкультуры и спорта, разных видов упражнений в целях рекреации.
7. Ежедневная (постоянная) рекреационная деятельность
8. Основные формы, структура и содержание самостоятельных занятий.
9. Основные варианты программ рекреационных тренировок.
10. Лечебно-курортная рекреация.
11. Оздоровительная и спортивная рекреация
12. Маршрутный туризм.
13. Классификация и структурные особенности рекреационной деятельности.
14. Виды рекреационно-оздоровительных мероприятий и особенности их проведения.
15. Еженедельная рекреационная деятельность.
16. Компенсаторная рекреационная деятельность.
17. Суточный цикл рекреационной деятельности.
18. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно-оздоровительной и рекреационной туристской деятельности.
19. Организационно-методическая характеристика программ занятий рекреативно-оздоровительной направленности.
20. Основы методики построения одного занятия и циклов занятий различной продолжительности, в зависимости от возраста, пола, уровня здоровья, профессиональной деятельности, склонностей.
21. Особенности состава средств, их отбор, гарантирующий оздоровительный эффект занятий рекреативной направленности.
22. Организационно-методические условия комплексирования различных видов рекреативной деятельности с гигиеническими и естественно-средовыми факторами.
23. Размещение физкультурно-рекреационных сооружений жилых районов на территории природного комплекса.
25. Требования к открытым плоскостным физкультурно-оздоровительным и физкультурно-рекреационным сооружениям.
26. Методические основы производственной физической культуры
27. Влияние условий труда и быта специалиста на выбор форм, методов и средств ПФКМетодика составления комплексов упражнений в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня
28. Типовые комплексы производственной гимнастики, разработанные применительно к четырем видам работ.
29. Физкультурная пауза, физкультминутка.
- 30 Рекреационно-оздоровительные занятия.
30. Рекреационно-спортивные занятия.
32. Особенности организации рекреационной деятельности.
33. Методы проведения педагогического и медико-биологического контроля.
34. Профилактика травматизма.
35. Физкультурный досуг, физкультурные праздники, дни здоровья.
36. Методы проведения педагогического и медико-биологического контроля.
37. Диагностика функционального состояния занимающихся

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенции.

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов,
автор к.б.н., доцент Храмцова С.Н.