

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Методика и организация оздоровительной работы

**Код модуля**  
1158656(1)

**Модуль**  
Теория и методика рекреационной деятельности

**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	Боярская Людмила Алексеевна	кандидат педагогических наук, без ученого звания	Доцент	теории физической культуры

**Согласовано:**

Управление образовательных программ

С.А. Иванченко

**Авторы:**

- Боярская Людмила Алексеевна, Доцент, теории физической культуры

## 1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ **Методика и организация оздоровительной работы**

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

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ **Методика и организация оздоровительной работы**

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-6 -Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	З-3 - Интерпретировать содержание здорового образа жизни П-1 - Разрабатывать модель процесса формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни У-2 - Оценивать особенности здорового образа жизни и формулировать его цель	Домашняя работа № 1 Домашняя работа № 2 Домашняя работа № 3 Зачет Контрольная работа № 1 Контрольная работа № 2 Лекции Практические/семинарские занятия Эссе

**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 – 0.60</b>		
Текущая аттестация на лекциях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>конспект занятий</i>	5,16	32
<i>контрольная работа</i>	5,4	34
<i>контрольная работа</i>	5,8	34
<b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – 0.60</b>		
<b>Промежуточная аттестация по лекциям – зачет</b>		
<b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – 0.40</b>		
<b>2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 0.40</b>		
Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>домашняя работа</i>	5,16	32
<i>эссе</i>	5,2	20
<i>домашняя работа</i>	5,5	20
<i>домашняя работа</i>	5,7	28
<b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 1.00</b>		
<b>Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – нет</b>		
<b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 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
<b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено</b>		
<b>Промежуточная аттестация по лабораторным занятиям – нет</b>		
<b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лабораторным занятиям – 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 -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**

<b>Характеристика уровней достижения результатов обучения (индикаторов)</b>				
<b>№ п/п</b>	<b>Содержание уровня выполнения критерия оценивания результатов обучения (выполненное оценочное задание)</b>	<b>Шкала оценивания</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 (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. Культура здоровья личности
2. Общая характеристика оздоровительной физической культуры
3. Принципы здоровьесберегающей педагогики
4. Здоровьесберегающие технологии

5. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях

6. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы в общеобразовательных школах

7. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы среди студенческой молодежи

8. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы лиц зрелого возраста

9. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы лиц пожилого возраста

10. Организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий

11. Структура государственного управления физической культурой и спортом в Российской Федерации

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. Контрольная работа № 1**

Примерный перечень тем

1. Основные положения здоровьесберегающей педагогики

Примерные задания

Дать определение "Здоровьесберегающая педагогика", "здоровьесберегающее пространство школы", "здоровьесберегающие технологии".

Представить классификацию здоровьесберегающих технологий по направленности деятельности.

Представить классификацию здоровьесберегающих технологий по специфике деятельности.

Дать определение культуры здоровья

Охарактеризуйте компоненты культуры здоровья

Перечислите факторы, влияющие на формирование культуры здоровья

Представить характеристику принципов здоровьесберегающей педагогики

LMS-платформа – не предусмотрена

#### **5.2.2. Контрольная работа № 2**

Примерный перечень тем

1. Тест "Методические и организационные основы физкультурно-оздоровительной работы

Примерные задания

Дополните:

Оздоровительная физическая культура – это \_\_\_\_\_

Перечислите направления оздоровительной физической культуры:

---

Выберите один или несколько правильных вариантов ответов

В оздоровительной тренировке лиц среднего и пожилого возраста следует ограничивать упражнения: 1) координационные; 2) скоростные; 3) на выносливость.

Дополните

В оздоровительных целях рекомендуемый недельный объем двигательной активности для дошкольников (часы) \_\_\_\_\_

Выберите один или несколько правильных вариантов ответов

Для начинающих заниматься физкультурно-оздоровительными занятиями пульс (в среднем) не должен превышать:

- 1) 90-100 уд./мин.;
- 2) 120-130 уд./мин.;
- 3) 160-170 уд./мин.

Перечислите эффекты оздоровительного воздействия физических упражнений на опорно-двигательный аппарат \_\_\_\_\_

LMS-платформа – не предусмотрена

### 5.2.3. Домашняя работа № 1

Примерный перечень тем

1. Комплекс производственной гимнастики для лиц умственного труда
2. Комплекс производственной гимнастики для водителей
3. Комплекс производственной гимнастики для педагогов
4. Комплекс производственной гимнастики для фитнес-инструкторов
5. Комплекс производственной гимнастики для парикмахеров
6. Комплекс производственной гимнастики для работников на поточно-конвейерном производстве

Примерные задания

Составить профессиограмму для любой выбранной профессии по следующему плану:

- группа труда (какой труд: умственный или физический)
- рабочее положение (сидя, стоя, с изменением положения и т.д.);
- основные рабочие движения (мелкие точные движения, с малой амплитудой, движения с большой амплитудой и т.п.);
- основные сенсорные и функциональные системы, обеспечивающие трудовой процесс;
- неблагоприятные внешние условия или производственные факторы;
- профессиональные заболевания.



На основе профессиограммы разработать комплекс производственной гимнастики для выбранной профессии

На основе профессиограммы составить перечень видов физкультурно-спортивной деятельности с учетом выбранной профессии

LMS-платформа – не предусмотрена

#### **5.2.4. Домашняя работа № 2**

Примерный перечень тем

1. Физкультурно-оздоровительные методики для детей дошкольного возраста
2. Физкультурно-оздоровительные методики для школьников
3. Физкультурно-оздоровительные методики для студентов
4. Физкультурно-оздоровительные методики для лиц, занятых трудовой деятельностью
5. Физкультурно-оздоровительные методики для лиц пожилого возраста

Примерные задания

Доклад – презентация «Физкультурно-оздоровительные методики для детей дошкольного возраста»

Форма работы – индивидуальная.

Ориентировочный план доклада – презентации:

1. Провести анализ существующих физкультурно-оздоровительные технологии для детей дошкольного возраста»
2. Представить одну или несколько физкультурно-оздоровительные технологий для дошкольников.
3. Итоги самостоятельной работы представить на практическом занятии в виде доклада-презентации.

Доклад – презентация «Физкультурно-оздоровительные методики для детей школьного возраста»

Форма работы – индивидуальная.

Ориентировочный план доклада – презентации:

1. Провести анализ существующих физкультурно-оздоровительные технологии для детей школьного возраста»
2. Представить одну или несколько физкультурно-оздоровительные технологий для школьников.
3. Итоги самостоятельной работы представить на практическом занятии в виде доклада-презентации.

LMS-платформа – не предусмотрена

#### **5.2.5. Домашняя работа № 3**

Примерный перечень тем

1. Комплект ОРУ с предметами для дошкольников.

Примерные задания

Составить комплекс ОРУ с предметами для дошкольников. Комплекс должен включать 8-10 упражнений, обязательно представить названия упражнений, общеметодические указания, графическое изображение, дозировку и описание упражнений.

LMS-платформа – не предусмотрена

### 5.2.6. Эссе

Примерный перечень тем

1. Проблемы оздоровительной физической культуры и представить пути их решения.

Примерные задания

Определить проблемы оздоровительной физической культуры и представить пути их решения.

LMS-платформа – не предусмотрена

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

### 5.3.1. Зачет

Список примерных вопросов

1. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания.
2. Оздоровительное воздействие физических упражнений на организм человека.
3. Методические принципы занятий оздоровительно-развивающей направленности.
4. Понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии», «здоровьесберегающая педагогика», «здоровьесберегающее пространство школы».
5. Принципы здоровьесберегающей педагогики.
6. Формы работы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях и их место в режиме дня.
7. Критерии оценки физкультурно-оздоровительных программ по физическому воспитанию дошкольников.
8. Классификация оздоровительных программ по физическому воспитанию дошкольников. Их характеристика.
9. Здоровье учащихся Российских школ.
10. Причины неблагополучия здоровья учащихся.
11. Проблемные вопросы организации физического воспитания школьников.
12. Инновационные подходы к модернизации физического воспитания.
13. Физкультурно-оздоровительные технологии в системе физического воспитания школьников.
14. Особенности методики занятий по физическому воспитанию в различных учебных отделениях ВУЗа
15. Оздоровительная физическая культура в зависимости от групп труда
16. Методические основы занятий физическими упражнениями с лицами пожилого и старшего возраста.
17. Состояние здоровья педагогов. Роль физической культуры в улучшении здоровья педагогов.
18. Задачи физического воспитания в системе научной организации труда.
19. Организация физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства и отдыха населения.
20. Виды ФСМ и их значение в массовой физкультурно-оздоровительной работе.
21. Задачи массовых ФСМ.
22. Церемониалы открытия и закрытия массовых физкультурно-спортивных мероприятий.

23. Принципы организации массовых физкультурно-спортивных мероприятий.  
 24. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем (аэробика, пилатес и т.д.).  
 25. Культура здоровья личности  
 26. Проблемы физического воспитания в ДОУ  
 27. Субъекты физкультурно-спортивного движения  
 LMS-платформа – не предусмотрена

#### 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
Профессиональное воспитание	деятельность по формированию ЗОЖ	Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной успешной профессиональной деятельности	ПК-6	П-1	Домашняя работа № 1 Домашняя работа № 2 Домашняя работа № 3 Зачет Контрольная работа № 1 Контрольная работа № 2 Лекции Практические/семинарские занятия Эссе