

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра: «ФРиОТ»

УТВЕРЖДЕН

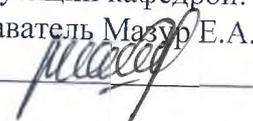
на заседании кафедры

«18» авг 20\_\_ г.,

протокол № 1

Заведующий кафедрой:

ст. преподаватель Мазур Е.А.



## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

«Современные технологии оздоровительной физической культуры»

Направление подготовки:

49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)

Профиль подготовки:

Физическая реабилитация

Квалификация выпускника

Магистр

Форма обучения

очно - заочная

Год набора 2023

Тирасполь 2024

**Паспорт  
фонда оценочных средств ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ  
«Современные технологии оздоровительной физической культуры»  
квалификация (степень) выпускника  
магистр**

**2. Модели контролируемых компетенций:**

**2.1. Компетенции, формируемые в процессе изучения дисциплины:**

Категория (группа) компетенций	Код и наименование	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
<i>Обязательные профессиональные компетенции и индикаторы их достижения</i>		
Гуманитарная	ПК-2 Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу	ИД-1 пк-2 знает теорию и организацию, гигиенические основы АФК, биомеханику двигательной деятельности, ОЗОЖ, основы общей патологии, техники общения с инвалидами ИД-2 пк-2 Умеет использовать специализированное оборудование, этические нормы в процессе коммуникации с занимающимися, контролировать состояние занимающихся во время занятий, проводить коммуникации с занимающимися, подбора показателей и тестов определения уровня подготовки занимающихся ИД-3 пк-2 Владеет навыками контроля готовности занимающегося к занятиям, анализа плана и структуры тренировочных занятий, выполнения комплекса упражнений, фиксации контрольных показателей занимающихся, использовать специализированное спортивное оборудование, инвентарь
Гуманитарная	ПК-3 Способен разрабатывать планы, программы, этапы исследования, использовать адекватные поставленным задачам методы исследования, в том числе из смежных областей знаний, проводить научно-исследовательскую работу, интерпретировать результаты собственных исследований	ИД-1 пк-3 Знает методы исследования, в том числе из смежных областей знаний ИД-2 пк-3 Умеет разрабатывать планы, программы, этапы исследования, проводить научно-исследовательскую работу, интерпретировать результаты собственных исследований ИД-3 пк-3 Владеет навыками использования методов исследования, анализа и интерпретации результатов эксперимента

#### 4. Программа оценивания контролируемой компетенции:

№	Контролируемые модули, разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
	Современные технологии оздоровительной физической культуры	ПК-2	Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу
		ПК-3	Способен разрабатывать планы, программы, этапы исследования, использовать адекватные поставленным задачам методы исследования, в том числе из смежных областей знаний, проводить научно-исследовательскую работу, интерпретировать результаты собственных исследований

#### Комплект вопросов для зачета по дисциплине «Современные технологии оздоровительной физической культуры» Перечень вопросов:

Примерные вопросы к зачету:

1. Сущность феномена здоровье.
2. Здоровье спортсмена: потенциальные возможности и реальность.
3. Явление фитнеса.
4. Общие представления о механизмах оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм человека.
5. Психологические основы здоровья
6. Биологические основы оздоровительной физической культуры
7. Физиологическая характеристика основных видов оздоровительной физической культуры
8. Морфофункциональные особенности воздействия оздоровительных упражнений.
9. Методические принципы занятий оздоровительно-развивающей направленности
10. Системы и методы оздоровления организма
11. Оздоровительные упражнения, основанные на сочетании дыхания, движения и статических положений.
12. Технологии регулирования пропорций и массы тела с помощью физических упражнений и питания
13. Конституция человека. Соматотип. Пропорции тела.

14. Соматотип и болезни. Соматотип и нервная система.
  15. Связь соматики с гормонами.
  16. Жир тела, жировая ткань и масса тела без жира.
  17. Антропометрические обследования. Контроль функционального состояния.
  18. Законодательная основа физической культуры для трудящихся.
  19. Задачи, содержание и организация физкультурной работы в трудовом коллективе.
  20. Планирование физкультурной работы в трудовом коллективе.
  21. Производственная деятельность.
  22. Работоспособность и ее изменение.
  23. Классификация видов труда.
  24. Методы учета работоспособности и трудовой активности
  25. Основные формы занятий физической культурой вне производства.
  26. Организация и содержание занятий в группах ОФП, группах здоровья.
  27. Структура и деятельность физкультурно-спортивного клуба.
  28. Физическая культура в рамках трудового процесса
  29. Физическая культура на производстве вне рамок трудового процесса
  30. Учет эффективности применения физической культуры в трудовом коллективе
- Аттестация** – посещено более 60% занятий от нормы текущего периода (межсессионная).  
Допуск к экзамену – посещено более 60% занятий.

**Экзамен.**

- Оценка «Отлично» - раскрыты все вопросы билета.  
Оценка «Хорошо» - раскрыты все вопросы, но имеются, некоторые неточности.  
Оценка «Удовлетворительно» - полностью раскрыты только два вопроса из трех. Или раскрыты все вопросы, но имеются существенные замечания.  
Оценка «Неудовлетворительно» - раскрыт только один вопрос из трех. Не раскрыто ни одного вопроса билета.