

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛПУ»)

Институт физического воспитания и спорта
Кафедра адаптивной физической культуры и физической реабилитации



УТВЕРЖДАЮ

Врио директора Института
физического воспитания и спорта

А.Г. Черноштан

«28» апреля 2023 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине

Организация оздоровительной работы в возрастных группах

По направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль подготовки – Физическая реабилитация

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Курс – ОФО – 1, 2 курс (2, 3, 4 семестр), ЗФО – 1, 2 курс (3, 4, 5 триместр)

Разработчик:

старший преподаватель кафедры адаптивной
физической культуры и физической реабилитации
Ю.М. Штолы

кандидат медицинских наук, доцент, профессор
кафедры адаптивной физической культуры и
физической реабилитации

И.В. Клименко

Заведующий кафедрой адаптивной физической
культуры и физической реабилитации,

А.В. Ермоленко

«28» апреля 2023 г., протокол № 12

Луганск, 2023

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на овладение следующими компетенциями:

Универсальными (УК):

УК-3 – способность осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде;

УК-6 – способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

Общепрофессиональными (ОПК):

ОПК-3 – способность 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.

1.2. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства/ способ оценивания
Тема 1. Организация оздоровительной работы с детьми раннего и дошкольного возраста. Значение движений в жизни ребенка раннего возраста. Формы двигательной деятельности детей раннего возраста (подвижные игры, музыкальные ритмические занятия, зарядка, гимнастика и массаж). Техника массажа и гимнастических упражнений для детей раннего возраста. Применение плавания с целью оздоровления и физического развития детей раннего возраста. Содержание оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Формы и методические особенности осуществления оздоровительной работы с дошкольниками. Современные физкультурно-оздоровительные методики, применяемые в дошкольных образовательных учреждениях.	УК-3 УК-6 ОПК-3	Устный опрос. Проверка практических заданий и самостоятельной работы.
Тема 2. Организация оздоровительной работы с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста. Современная школа и здоровье учащихся. Нормативно-правовое обеспечение оздоровительной работы в образовательных учреждениях. Санитарно-гигиенические и медико-психологические условия обучения детей. Гигиенические принципы построения режима дня и составления школьного	УК-3 УК-6 ОПК-3	Устный опрос. Проверка практических заданий и самостоятельной работы.

расписания. Формы и методы оздоровительной работы в общеобразовательных учреждениях. Программы оздоровительной работы общеобразовательных учреждений.		
Тема 3. Организация оздоровительной работы с учащейся молодежью средних специальных и высших учебных заведений. Методика и организация оздоровительной деятельности студенческой молодежи. Структура и особенности содержания действующих программ по оздоровлению и физической культуре в вузах. Формы спортивно-массовой и оздоровительной работы в учреждениях профессионального и высшего образования. Средства и методы мотивации студентов к оздоровительной деятельности. Физкультурно-оздоровительная и спортивная работа со студентами в летний период времени.	УК-3 УК-6 ОПК-3	Устный опрос. Проверка практических заданий и самостоятельной работы.
Тема 4. Организация оздоровительной работы трудящегося населения. Формы и пути оздоровления и повышения двигательной активности трудящихся в условиях быта (базово-продолжающая физическая культура, гигиеническая и рекреативная физическая культура, базовый спорт, оздоровительно-реабилитационная физическая культура). Организация и способы повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы на производстве.	УК-3 УК-6 ОПК-3	Устный опрос. Проверка практических заданий и самостоятельной работы.
Тема 5. Оздоровительно-рекреативная деятельность лиц среднего возраста. Направленность оздоровительно-рекреативной деятельности лиц среднего возраста. Учет характерных особенностей функционирования организма лиц среднего возраста. Ведущие критерии анализа функций (целей и задач) оздоровительно-рекреативной деятельности. Структура средств и основные виды оздоровительно-рекреативной деятельности (совокупность разнообразных физических упражнений, имеющих конкретные предметные формы проявления – виды спорта циклического и ациклического характера, спортивно-массовые мероприятия, физкультурно-оздоровительные методики).	УК-3 УК-6 ОПК-3	Устный опрос. Проверка практических заданий и самостоятельной работы.

Тема 6. Оздоровительно-рекреативная деятельность лиц пожилого возраста. Особенности организации и проведения занятий физкультурно-рекреативной направленности с лицами пожилого возраста. Этапное построение педагогического процесса. Содержание и организация оздоровительно-рекреативной деятельности по месту жительства и отдыха населения. Характер воздействия на организм физических упражнений (нагрузок). Методические особенности проведения занятий оздоровительно-рекреативной направленности (утренняя гигиеническая гимнастика, дозированная ходьба, пеший туризм, спортивные игры, спортивные упражнения, плавание, академическая гребля, езда на велосипеде, ходьба на лыжах, катание на коньках).	УК-3 УК-6 ОПК-3	Устный опрос. Проверка практических заданий и самостоятельной работы.
Итоговая аттестация	УК-3 УК-6 ОПК-3	Экзамен

1.3. Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели)
УК-3: способность осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, состоянию здоровья, этническим и религиозным признакам и др.); – методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; – факторы эффективного лидерства лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в том числе, участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; – общаться с детьми, детьми-инвалидами, признавать их достоинство, понимая и принимая их; – использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; – применять технологии развития лидерских качеств и умений. <p>Иметь опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> – решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности.

<p>УК-6: способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>	<p>Знать: – основы социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; – принципы образования в течение всей жизни.</p> <p>Уметь: – определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы; – разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические, реабилитационные, абилитационные технологии, основанные на знании законов развития личности, в том числе, с инвалидностью и поведения в реальной и виртуальной среде.</p> <p>Иметь опыт: – планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда; – формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся и спортсменов, в том числе паралимпийцев, сурдлимпийцев, специальных олимпийцев.</p>
<p>ОПК-3: способность 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</p>	<p>Знать: – психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья и инвалидностью; – технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; – методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидностью.</p> <p>Уметь: – осуществлять отбор 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; – применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидностью.</p> <p>Иметь опыт: – обоснования выбора 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.</p>

1.4. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Вид учебной работы	Количество баллов	
2 семестр, 3 триместр	ОФО	ЗФО
Устные и письменные ответы на практических занятиях	10	10
Самостоятельная работа	10	10
Итого за семестр/триместр:	20	20
3 семестр, 4 триместр	ОФО	ЗФО
Устные и письменные ответы на практических занятиях	10	10
Самостоятельная работа	10	10
Итого за семестр/триместр:	20	20
4 семестр, 5 триместр	ОФО	ЗФО
Устные и письменные ответы на практических занятиях	16	20
Самостоятельная работа	14	10
Экзамен	30	30
Итого за семестр/триместр:	60	60
Всего за год:	100	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90-100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.	Зачтено
Хорошо	83-89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному.	

Хорошо	75-82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.	
Удовлетворительно	63-74	Д – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки.	
Удовлетворительно	50-62	Е – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному.	
Неудовлетворительно	21-49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий.	Не зачтено

Неудовлетворительно	0-20	<p>F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий.</p>	
---------------------	-------------	---	--

1.5. Образец оформления экзаменационного билета

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛПУ»)**

2023/2024 учебный год

Институт физического воспитания и спорта

Кафедра адаптивной физической культуры и физической реабилитации

Экзамен (устный/письменный) по дисциплине: «Организация оздоровительной работы в возрастных группах».

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

ОФО/ЗФО

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 1

1. Физкультурно-оздоровительная работа с населением: основные формы, содержание, направления и особенности деятельности.
2. Организация активного отдыха дошкольников в условиях дошкольного образовательного учреждения.
3. Массовая физкультурно-оздоровительная работа в рекреационных зонах.

Утверждено на заседании кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации,
протокол №__ от _____.

Заведующий кафедрой адаптивной физической культуры и физической реабилитации

_____ А.В. Ермоленко

Экзаменатор

_____ Ю.М. Штольц

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

2.1. Типовая практическая работа.

Тема: Организация оздоровительной работы с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.

План

1. Современная школа и здоровье учащихся.
2. Нормативно-правовое обеспечение оздоровительной работы в образовательных учреждениях.
3. Санитарно-гигиенические и медико-психологические условия обучения детей.
4. Гигиенические принципы построения режима дня и составления школьного расписания.
5. Формы и методы оздоровительной работы в общеобразовательных учреждениях.
6. Программы оздоровительной работы общеобразовательных учреждений.

Вопросы для самоконтроля:

1. Какие факторы влияют на индивидуальное здоровье, и в какой мере?
2. Какова роль образа жизни человека в формировании его здоровья?
3. Какие функции выполняет здоровый образ жизни в становлении личности ребенка и подростка?
4. Перечислите основные модули комплексной оценки работы образовательного учреждения в сфере сбережения здоровья.
5. Приведите примеры здоровьесберегающих технологий, применяемых в рамках урочной и внеурочной деятельности учащихся начальной школы.

Задания для самостоятельной работы:

1. Составить словарь специальных терминов и понятий (не менее 20).
2. Подобрать литературные источники (не менее 5) по теме занятия.
3. Составить подробный перечень факторов, влияющих на здоровье детей определенного возраста (младший школьный, средний школьный, старший школьный). Распределите факторы на группы:
 - факторы наследственности;
 - факторы, связанные с уровнем развития здравоохранения;
 - факторы окружающей среды (природные и техногенные);
 - факторы социального характера;
 - факторы, связанные с организацией образовательного процесса в школе;
 - факторы образа жизни.
4. Проанализировать одно из мероприятий (урок / занятие, проект, акция, лекция и т.п.) по продвижению здорового образа жизни, описанное в методической литературе. Обосновать, каким образом в нем соблюдаются / нарушаются основные общедидактические и специфические принципы формирования здоровья ребенка. Предложить рекомендации по улучшению сценария мероприятия.

2.2. Типовые темы для выступления на практических занятиях с докладом.

1. Рациональное питание и использование восстановительных мероприятий при повышенных физических и умственных нагрузках.
2. Методика составления комплексов в различных видах производственной гимнастики.
3. Рациональное использование «малых форм» физической культуры в режиме учебного труда студентов.
4. Значение биоритмов для рациональной организации образа жизни.
5. Комплексная оценка уровня здоровья студентов.
6. Здоровьесберегающие технологии в образовательной организации.

2.3. Типовые темы для презентаций:

1. «Микроэлементы – роль в формировании и поддержании здоровья».
2. «Организация учебного процесса с позиции здоровьесбережения».

3. «Общая характеристика психогигиены и психопрофилактики».
4. «Гигиена рабочего места».
5. «Обзор и краткий анализ основных оздоровительных систем».

2.4. Типовой перечень дискуссионных тем:

1. Витамины и здоровье: положительные и отрицательные аспекты.
2. Профилактика табакокурения в образовательных учреждениях.
3. Профилактика алкоголизма в молодежной среде.
4. Влияние употребление наркотиков на телесное, душевное и духовное здоровье молодежи.
5. Влияние телевидения на состояние подрастающего поколения.

2.5. Типовое тестовое задание

1. Целью здоровьесберегающей деятельности является:

- а) стремление к укреплению здоровья обучающихся, развитию физических качеств
- б) укрепление психофизического здоровья обучающихся, развитие потребности в самосовершенствовании
- в) сохранение и укрепление здоровья обучающихся, развитие потребности в здоровом образе жизни

2. Здоровьесберегающая среда – это:

- а) среда, содействующая улучшению физического и функционального состояния человека
- б) среда, способствующая нормализации психоэмоционального состояния человека
- в) среда, содействующая физическому, духовному и социальному благополучию человека

3. К внешнему элементу здоровьесберегающей среды относится (укажите два правильных ответа):

- а) мнение окружающих
- б) источники знаний по здоровьесбережению
- в) возможность укрепления здоровья
- г) доступность современной тренажерной техники
- д) показатели физической подготовленности

4. К внутреннему элементу здоровьесберегающей среды относится (укажите два правильных ответа):

- а) знания о здоровье
- б) периодический контроль состояния здоровья
- в) наличие инфраструктуры
- г) уровень материального достатка
- д) навыки здоровьесбережения

5. Здоровьесберегающие образовательные технологии – это:

- а) психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на выявление личностных качеств, способствующих формированию представлений о физиологии человека, мотивацию к отказу от вредных привычек
- б) психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни

в) психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, его сохранение и укрепление, формирование представления о составных частях здорового образа жизни

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний

Ключ к заданиям – 1-в; 2-в; 3-б, в; 4-а, д; 5-б.

2.6. Типовые вопросы к экзамену очной и заочной форм обучения:

1. Физкультурно-оздоровительная работа с населением: основные формы, содержание, направления и особенности деятельности.
2. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий.
3. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста: направленность; формы организации, содержание.
4. Планирование физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня дошкольного образовательного учреждения.
5. Активный отдых дошкольников.
6. Современные подходы к физкультурно-оздоровительной работе с населением на разных этапах онтогенеза.
7. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми и подростками: направленность, задачи, формы организации, содержание.
8. Планирование физкультурно-оздоровительной работы с учащимися в режиме учебного дня школы.
9. Планирование спортивно-массовых мероприятий со школьниками.
10. Оздоровительно-рекреативная физическая культура лиц юношеского возраста: возрастные особенности, направленность, содержание, методические особенности занятий.
11. Оздоровительно-рекреативная физическая культура лиц зрелого возраста: возрастные особенности, направленность, содержание, методические особенности занятий.
12. Оздоровительно-рекреативная физическая культура лиц пожилого возраста: возрастные особенности, направленность, содержание, методические особенности занятий.
13. Оздоровительные формы физкультурно-оздоровительной работы с разными возрастными группами населения.
14. Рекреационные формы физкультурно-оздоровительной работы с разными возрастными группами населения.
15. Оздоровительно-рекреативные занятия с людьми зрелого возраста.
16. Организация и методика проведения занятий в группе здоровья с людьми пожилого возраста.
17. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодёжи.
18. Особенности проведения оздоровительной тренировки с учащейся молодёжью.
19. Перспективные направления в системе физкультурно-оздоровительной работы с населением на разных этапах онтогенеза.
20. Методические особенности построения занятий различного типа при реализации физкультурно-оздоровительных технологий в работе с населением.
21. Агитационно-пропагандистские формы оздоровительной физической культуры.
22. Основные направления оздоровительной работы с лицами молодого и зрелого возраста.
23. Основные направления оздоровительной работы с лицами пожилого возраста.
24. Основные направления оздоровительной работы с детьми школьного возраста.

25. Содержание физкультурно-оздоровительной работы с детьми в режиме дня дошкольного образовательного учреждения.
26. Организация активного отдыха дошкольников в условиях дошкольного образовательного учреждения.
27. Специфика физкультурно-оздоровительной работы с учащимися в режиме учебного дня школы.
28. Организация внеклассной спортивно-массовой работы с учащимися.
29. Организационные основы физкультурно-спортивного клуба по месту жительства.
30. Содержание и организация спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы в Комитете территориального общественного самоуправления.
31. Оздоровительные и досуговые формы физкультурно-оздоровительной работы с взрослым населением.
32. Организация массовой физкультурно-оздоровительной работы в трудовых коллективах на производстве.
33. Организация и содержание деятельности физкультурно-спортивных комплексов.
34. Организация и содержание занятий в группах здоровья.
35. Особенности организации физкультурно-оздоровительных занятий с разными возрастными группами населения.
36. Основы планирования и учёта в сфере физкультурно-оздоровительной работы.
37. Организация физкультурно-оздоровительной работы с трудящимися в рамках трудового процесса и вне рабочего времени.
38. Массовая физкультурно-оздоровительная работа в рекреационных зонах.
39. Характеристика оздоровительных форм физкультурно-оздоровительной работы.
40. Характеристика основных видов спортивно-массовых мероприятий.