

**Компонент ОПОП 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки),  
направленность (профили) Безопасность жизнедеятельности. Туристско-рекреационная**

**деятельность**  
наименование ОПОП

**Б1.В.ДВ.02.02**  
шифр дисциплины

### **ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**Дисциплины  
(модуля)**

**Рекреалогия**

---

Разработчик (и):

Троценко Алла Анатольевна  
ФИО

Доцент кафедры ЗиАФК  
должность

кандидат биологических наук  
ученая степень, звание

Утверждено на заседании кафедры  
здоровьесбережения и адаптивной  
физической культуры

наименование кафедры

протокол № 9 от 29.03.2024 г.

И.о. заведующего кафедрой ЗиАФК

\_\_\_\_\_ А.С. Шемерко

подпись

**Мурманск  
2024**

## 1. Критерии и средства оценивания компетенций и индикаторов их достижения, формируемых дисциплиной (модулем)

| Код и наименование компетенции  | Код и наименование индикатора(ов) достижения компетенции   | Результаты обучения по дисциплине (модулю)  |  |  | Оценочные средства текущего контроля | Оценочные средства промежуточной аттестации |
|---|--|---|--|--|--------------------------------------|---|
|   |  | <i>Знать</i>  | <i>Уметь</i>   | <i>Владеть</i>                             |                                      |   |
| ПК-1. Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач | ИД-1ПК-1<br>Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета).<br>ИД-2ПК-1<br>Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.<br>ИД-3ПК-1<br>Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные. | - средства и основные методы физической реабилитации и рекреации при различных нарушениях в состоянии здоровья, заболеваниях и инвалидности;<br>- механизмы лечебно-восстановительного действия примененных средств физической реабилитации и рекреации (ЛФК, физиолечение, массаж);<br>- методики ЛФК при различных заболеваниях и травмах | - разрабатывать комплексы упражнений по лечебной гимнастике и составлять индивидуальные программы реабилитации и рекреации;<br>- разрабатывать комплексы физических упражнений для людей с нарушением в состоянии здоровья и инвалидам | основными навыками охраны жизни и здоровья | Выполнение практических заданий      | Вопросы для зачета                          |

## 2. Оценка уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)

| Показатели оценивания компетенций (индикаторов их достижения) | Шкала и критерии оценки уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения) |  |  |  |
|---|---|--|--|--|
|   | Ниже порогового<br>(«неудовлетворительно»)  | Пороговый<br>(«удовлетворительно»)                               | Продвинутый<br>(«хорошо»)                                      | Высокий<br>(«отлично»)   |
| <b>Полнота знаний</b>   | Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые                          | Минимально допустимый уровень знаний. Допущены не грубые ошибки. | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. |

|  |  |  |  |   |
|--|--|--|--|---|
|  | ошибки.  |  | Допущены некоторые погрешности.  |   |
| <b>Наличие умений</b>                              | При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки. | Продемонстрированы основные умения. Выполнены типовые задания с не грубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме (отсутствуют пояснения, неполные выводы) | Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные задания с некоторыми погрешностями. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Задания выполнены в полном объеме без недочетов.                   |
| <b>Наличие навыков (владение опытом)</b>           | При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.  | Имеется минимальный набор навыков для выполнения стандартных заданий с некоторыми недочетами.  | Продемонстрированы базовые навыки при выполнении стандартных заданий с некоторыми недочетами.  | Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач. |
| <b>Характеристика сформированности компетенции</b> | Зачетное количество баллов не набрано согласно установленному диапазону                              | Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону   | Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону   | Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону  |

### 3. Критерии и шкала оценивания заданий текущего контроля

#### 3.1 Критерии и шкала оценивания выполнения практических заданий

Перечень практических работ, описание порядка выполнения и защиты работы, требования к результатам работы, структуре и содержанию отчета и т.п. представлены в методических материалах по освоению дисциплины (модуля) и в электронном курсе в ЭИОС МАУ.

| Баллы | Характеристики ответа студента  |
|-------|---|
| 60    | <ul style="list-style-type: none"><li>- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы;</li><li>- не допускает существенных неточностей;</li><li>- увязывает усвоенные знания с практической деятельностью;</li><li>- аргументирует научные положения;</li><li>- делает выводы и обобщения;</li><li>- владеет системой основных понятий</li></ul> |
| 40    | <ul style="list-style-type: none"><li>- студент не усвоил значительной части проблемы;</li><li>- допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее;</li><li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li><li>- не может аргументировать научные положения;</li><li>- не формулирует выводов и обобщений;</li><li>- частично владеет системой понятий</li></ul>               |
| 0     | <ul style="list-style-type: none"><li>- студент не усвоил проблему;</li><li>- представил лишь отдельные факты, не связанные между собой;</li><li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li><li>- затрудняется представить научные положения;</li><li>- не формулирует выводов и обобщений;</li><li>- не владеет понятийным аппаратом.</li></ul>  |

### 4. Критерии и шкала оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) при проведении промежуточной аттестации

#### Критерии и шкала оценивания результатов освоения дисциплины (модуля) с зачетом

Если обучающийся набрал зачетное количество баллов согласно установленному диапазону по дисциплине (модулю), то он считается аттестованным.

| Оценка           | Баллы    | Критерии оценивания   |
|------------------|----------|---|
| <i>Зачтено</i>   | 60 - 100 | Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону    |
| <i>Незачтено</i> | менее 60 | Зачетное количество согласно установленному диапазону баллов не набрано |

#### Типовое тестовое задание:

##### Вариант 1

1. На что направлены основные рычаги закаливающихся процедур?
  - 1) на укрепление здоровья
  - 2) на механизмы иммунной системы

- 3) на подрастающее поколение
- 4) на спортсменов
2. Закаливание – это:
  - 1) система мероприятий для укрепления сопротивляемости организма к факторам риска внешней среды
  - 2) вид культуры человека и общества
  - 3) процесс и результат освоения, и распространения материальных и духовных ценностей
  - 4) мера и способ развития человека
3. Здоровье – это:
  - 1) хорошее самочувствие
  - 2) система правильного обучения в физическом воспитании и спорте
  - 3) полное физическое, психическое, социальное благополучие
  - 4) высокий уровень квалифицированного спортсмена
4. Активное закаливание это:
  - 1) гигиенические требования к местам закаливания
  - 2) закаливание детей дошкольного и школьного возраста, в процессе занятий физической культурой
  - 3) сезонные ритмы и закаливание детского организма
  - 4) систематическое применение искусственно создаваемых и строго дозируемых холодовых воздействий, направленных на повышение устойчивости организма к холоду
5. Воздушные ванны это:
  - 1) активное закаливание
  - 2) обучения двигательным действиям и развития физических качеств
  - 3) воздействие воздуха на обнажённую поверхность кожи во время двигательной деятельности детей
  - 4) лечение воздухом
6. Климат это:
  - 1) составной элемент системы закаливания
  - 2) режим погоды, сложившийся в определённой местности за много лет
  - 3) неспецифические и специфические методы закаливания
  - 4) средство, используемое для закаливания детей дошкольного и школьного возраста
7. Аэротерапия это:
  - 1) физиологические функции
  - 2) лечение воздухом
  - 3) устройство для определения погодных условий
  - 4) адаптация детей к условиям севера
8. Общее закаливание это:
  - 1) холодное воздействие на всю поверхность тела
  - 2) физиологические и психологические воздействия на организм
  - 3) специфические и спортивные воздействия на детский организм
9. Гелиотерапия это:
  - 1) закаливание в практике физического воспитания и спорта
  - 2) лечение светом, приём солнечных ванн
  - 3) гигиенические факторы
  - 4) технико-тактические действия
10. Гидротерапия это:
  - 1) применение воды в профилактических и лечебных целях
  - 2) устройство для обучения двигательным действиям
  - 3) активное закаливание
  - 4) организация для обучения плаванию детей

## Ключ к тестовому заданию

| Номер вопроса | Ответ | Номер вопроса | Ответ |
|---------------|-------|---------------|-------|
| 1             | 1     | 6             | 2     |
| 2             | 1     | 7             | 2     |
| 3             | 3     | 8             | 1     |
| 4             | 2     | 9             | 2     |
| 5             | 3     | 10            | 1     |

### Вопросы для зачета:

1. Курортология, определение, основные задачи, направления.
2. Место санаторно-курортного комплекса в системе оказания услуг населению РФ.
3. Понятие об этапности лечения в РФ.
4. Природные и лечебные ресурсы России и стран СНГ. Их ландшафтная, биоклиматическая гидроминеральная характеристика и критерии оценки.
5. Курортный комплекс РФ, составляющие, характеристика, потребности населения РФ в курортном оздоровлении.
6. Классификация курортных факторов, механизм их лечебно-оздоровительного действия. Типы курортов.
7. Современные принципы организации курортного дела в РФ.
8. Государственная политика в сфере курортного дела.
9. Восстановительная медицина как новое профилактическое направление отечественного здравоохранения. Санаторно-курортная система в реализации мероприятий восстановительной медицины.
10. Охрана здоровья здоровых и участие санаторно-курортной системы в реализации данной концепции.
11. Реабилитация, цели, задачи, значение в условиях курорта.
12. Основные реабилитационные комплексы и мероприятия.
13. Основные принципы и подходы по оптимизации реабилитационной помощи населению.
14. Рекреация: понятие, особенности в условиях курортного оздоровления, основные задачи.
15. Физиологические закономерности различных видов деятельности, особенности утомления, значение курортной рекреации.
16. Рекреационно-реабилитационные циклы системного курортного оздоровления, технологические приемы, методы, подходы.
17. История зарождения основ использования естественных сил природы в первобытном и рабовладельческом строе.
18. Формирование принципов защиты природно-климатических факторов и их использование в оздоровительных целях в античном мире.
19. Особенности развития курортного дела за рубежом. Основные мировые курорты.
20. Лечебные грязи, происхождение, классификация. Особенности применения.