

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 15.09.2025 10:32:40

Уникальный программный ключ:

04c19ed8bb98f3b6cb77a486b9a8788b83223291

Минобрнауки России

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)

Факультет индустрии спорта и туризма

Кафедра индустрии спорта

Фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине «Массаж» по направлению подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм" направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма . ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 1

**Фонд оценочных средств
для промежуточной аттестации
по дисциплине (модулю)**

Массаж

Направление подготовки (специальность)

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Направленность (профиль)

Менеджмент индустрии спорта и туризма

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очная

Год(ы) набора 2025

Челябинск, 2025 г.



Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств
2. Перечень формируемых компетенций
 - 2.1. Компетенции, закреплённые за дисциплиной
3. Содержание оценочных средств по дисциплине
 - 3.1. Виды оценочных средств
 - 3.2. Содержание оценочных средств
4. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации
 - 4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации
 - 4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств
 - 4.3. Результаты промежуточной аттестации и уровня сформированности компетенций



1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Направление подготовки (специальность): **49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм**

Направленность (профили): **Менеджмент индустрии спорта и туризма**

Дисциплина: **Массаж**

Семестры изучения: 7

Форма промежуточной аттестации: 7 семестр – зачет с оценкой

2. ПЕРЕЧЕНЬ ФОРМИРУЕМЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

2.1. Компетенции, закреплённые за дисциплиной

Изучение дисциплины «Массаж» направлено на формирование следующих компетенций:

Коды компетенции согласно ФГОС (ОПОП ВО)	Содержание компетенций согласно ФГОС (ОПОП ВО)	Индикаторы достижения компетенции согласно ОПОП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
1	2	3	4
ОПК-9	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	ОПК-9.1. Обладает знаниями методик измерения и оценки морфо-функционального состояния, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и механических движений тела человека в процессе занятий, мероприятий по рекреативно-оздоровительной деятельности и спортивно-оздоровительному туризму. ОПК-9.2. Демонстрирует умения интерпретировать результаты морфо-функциональных	Знать: – методы измерения и оценки морфо-функционального состояния, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и механических движений тела человека в процессе занятий, мероприятий по рекреативно-оздоровительной деятельности и спортивно-оздоровительному туризму Уметь: - интерпретировать результаты морфо-функциональных измерений и показателей, а также



		измерений и показателей, а также анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам. ОПК-9.3. Имеет навыки проведения морфо-функциональных измерений, биомеханического контроля движений и физических способностей человека в процессе занятий, мероприятий по рекреативно-оздоровительной деятельности и спортивно-оздоровительному туризму.	анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам Владеть: – методами проведения морфо-функциональных измерений, биомеханического контроля движений и физических способностей человека в процессе занятий, мероприятий по рекреативно-оздоровительной деятельности и спортивно-оздоровительному туризму
--	--	---	---

3. СОДЕРЖАНИЕ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

3.1 Виды оценочных средств

Примечание: типовые задания, критерии и показатели оценивания в рамках текущего контроля представлены в рабочей программе дисциплины (модуля). Полные комплекты оценочных средств и контрольно-измерительных материалов хранятся на кафедре.

3.2 Содержание оценочных средств

1. Вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую (ФО и/или СМ) среду.
2. Письменная работа (реферат).
3. Тестовый контроль знаний.
3. Зачет.

Темы письменных работ:

Темы для письменной работы (реферат) по дисциплине - Массаж:

- 1.Способы выполнения поглаживания, физиологические эффекта
- 2.Методические рекомендации по выполнению поглаживания
- 3.Способы выполнения растирания, физиологические эффекты
- 4.Методические рекомендации по выполнению растирания



5. Способы выполнения разминания, физиологические эффекты
6. Методические рекомендации по выполнению разминания
7. Способы выполнения вибрации, физиологические эффекты
8. Методические рекомендации по выполнению вибрации
9. Понятие о вводном, лечебном и заключительном этапах, их задачах
10. Мобилизующий и релаксирующий характер массажа: сила (глубина) воздействия, темп и длительность процедуры
11. Спортивный массаж
12. Методические особенности при проведении массажа
13. Повторяемость курсов, эффект последействия
14. Диагностические тесты, применяемые в ходе курса массажа
15. Законы биомеханики в массаже
16. Массаж области спины, показания к проведению, алгоритм процедуры, комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
17. Массаж области грудной клетки, показания к проведению, алгоритм процедуры, комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
18. Массаж области живота, показания к проведению, направление массажных движений, алгоритм процедуры. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
19. Массаж шеи и воротниковой области. Показания к проведению, алгоритм процедуры. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
20. Массаж области головы. Показания к проведению, алгоритм процедуры в зависимости от артериального давления. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
21. Массаж пояснично-крестцовой и ягодичной области. Показания к проведению, алгоритм процедуры. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
22. Массаж нижних конечностей. Показания к проведению, алгоритм процедуры. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
23. Массаж верхних конечностей. Показания к проведению, алгоритм процедуры. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
24. Общий массаж тела. Характеристика, показания к применению, последовательность обработки анатомических областей. Длительность процедуры, расстановка акцентов в ходе сеанса. Физиологические эффекты.
25. Виды лечебного массажа, основные и дополнительные приемы воздействия
26. Частные методики массажа в процессе спортивной деятельности и реабилитации.
27. Показания к проведению гигиенического массажа
28. Профилактическая направленность процедур как способ сохранения здоровья и поддержания высокой работоспособности организма
29. Приемы и виды спортивного массажа, показания и противопоказания, техника выполнения, физиологические эффекты
30. Техники релаксации мягких тканей тела
31. Мобилизующий и релаксирующий характер спортивного массажа: сила (глубина) воздействия, темп и длительность процедуры
32. Ручной и аппаратный массаж в спорте
33. Характеристика лечебного массажа, показания к применению, последовательность



обработки анатомических

34. Длительность процедуры массажа, расстановка акцентов в ходе сеанса, физиологические эффекты

35. Понятие о лимфодренажном массаже: массируемые области, приемы, действие на организм

36. Структурирующий массаж как способ послышной обработки мягких тканей: принципы действия, показания к применению, физиологические эффекты

Тестовый материал к зачету:

Б.1. ТЕСТОВЫЙ ОПРОС УРОВНЯ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ И МЕТОДИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МАССАЖ

Тестовые задания

1. Различают следующие виды массажа:

- а) гигиенический, спортивный, лечебный, косметический, самомассаж
- б) гигиенический, спортивный, лечебный, общий, локальный
- в) гигиенический, общий, лечебный, локальный, самомассаж

2. Гигиенический массаж применяется в форме:

- а) локального
- б) общего
- в) косметического

3. Спортивный массаж проводят по

- а) специальной методике
- б) индивидуальной методике
- в) без методики

4. Различают следующие виды сегментарно-рефлекторного массажа:

- а) сегментарный, соединительнотканый, периостальный
- б) соединительнотканый, периостальный, локальный
- в) тканевой, периостальный, локальный

5. Точечный массаж является этапом:

- а) лечебного
- б) гигиенического
- в) косметического

6. Направление массажных движений при отсасывающем массаже верхней конечности:

- а) от периферии к центру
- б) от центра к периферии
- в) продольное
- г) поперечное

7. Массаж живота может проводиться:

- а) только натощак
- б) через 30 минут после еды



- в) через 2 часа после еды
- г) сразу после еды

8. Укажите направление массажных движений при массаже воротниковой зоны:

- а) от уровня XII грудного позвонка к затылочным буграм
- б) от нижних углов лопаток к подмышечным ямкам
- в) от позвоночника к среднеподмышечной линии
- г) от верхних углов лопаток к подмышечным ямкам

9. Соединительнотканый массаж является разновидностью массажа:

- а) классического
- б) лечебного
- в) гигиенического
- г) рефлекторного

10. Противопоказанием к косметическому массажу является:

- а) множественные морщины
- б) пигментные пятна
- в) обильная угревая сыпь
- г) жирная кожа

11. Упражнения, рекомендуемые после массажа в III периоде лечения переломов:

- а) пассивные
- б) активные
- в) рефлекторные
- г) с сопротивлением
- д) все кроме

12. Вид массажа, наиболее эффективный для снятия болевого синдрома в острый период остеохондроза позвоночника:

- а) классический
- б) сегментарный
- в) точечный
- г) гидромассаж

13. Характер массажа воротниковой зоны при мигрени:

- а) отсасывающий
- б) седативный
- в) тонизирующий
- г) гармонизирующий

14. Показание к проведению интенсивно-сегментарного массажа при пневмонии:

- а) острый период заболевания
- б) затяжное течение
- в) трудно отделяемая мокрота



г) бронхоспастический синдром

15. Оптимальное количество процедур массажа на курс при воспалительных гинекологических заболеваниях:

- а) 4-6
- б) 6-8
- в) 12-15
- г) 20-25

16. Направление массажных движений при массаже конечностей у младенцев:

- а) от периферии к центру
- б) от центра к периферии
- в) продольное
- г) поперечное

17. Характер массажа наружной поверхности ног при Х-образных ногах у ребенка:

- а) расслабляющий
- б) тонизирующий
- в) отсасывающий
- г) аппаратный

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ

1. Физиологические механизмы влияния массажа на организм.
2. Показания и противопоказания к проведению массажа.
3. Виды массажа.
4. Учет индивидуальных особенностей пациента при проведении массажа. Гигиена массажа.
5. Способы выполнения поглаживания, физиологические эффекты. Методические рекомендации по выполнению поглаживания.
6. Способы выполнения растирания, физиологические эффекты. Методические рекомендации по выполнению растирания.
7. Способы выполнения разминания, физиологические эффекты. Методические рекомендации по выполнению разминания.
8. Способы выполнения вибрации, физиологические эффекты. Методические рекомендации по выполнению вибрации.
9. Принципы построения массажной процедуры
10. Понятие о вводном, лечебном и заключительном этапах массажа, их задачах.
11. Мобилизирующий и релаксирующий характер массажа: сила (глубина) воздействия, темп и длительность процедуры.
12. Спортивный массаж. Методические особенности при проведении массажа.
13. План построения курса массажа, повторяемость курсов, эффект последствия.



14. Диагностические тесты, применяемые в ходе курса массажа.
15. Законы биомеханики в массаже.
16. Методы лечебного массажа.
17. Показания и противопоказания к проведению лечебного массажа.
18. Сочетание лечебного массажа и физиопроцедур.
19. Сегментарный массаж.
20. Точечный массаж, соединительно-тканый массаж, периостальный массаж.
21. Массаж области спины, показания к проведению, алгоритм процедуры. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
22. Массаж области грудной клетки, показания к проведению, алгоритм процедуры. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
23. Массаж области живота, показания к проведению, направление массажных движений, алгоритм процедуры. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
24. Массаж шеи и воротниковой области, показания к проведению, алгоритм процедуры. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
25. Массаж области головы, показания к проведению, алгоритм процедуры в зависимости от артериального давления. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
26. Массаж пояснично-крестцовой и ягодичной области, показания к проведению, алгоритм процедуры. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
27. Массаж нижних конечностей, показания к проведению, алгоритм процедуры. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
28. Массаж верхних конечностей, показания к проведению, алгоритм процедуры. Комбинации массажных приемов с учетом индивидуальных особенностей пациента.
29. Характеристика общего массажа тела, показания к применению, последовательность обработки анатомических областей.
30. Длительность процедуры общего массажа тела, расстановка акцентов в ходе сеанса. Физиологические эффекты.
31. Виды лечебного массажа, основные и дополнительные приемы воздействия.
32. Частные методики массажа в процессе спортивной деятельности и реабилитации.
33. Гигиенический массаж: цели, задачи, приемы. Показания к проведению гигиенического массажа.
34. Профилактическая направленность процедур как способ сохранения здоровья и поддержания высокой работоспособности организма.



35. Приемы и виды спортивного массажа, показания и противопоказания, техника выполнения, физиологические эффекты.
36. Мобилизирующий и релаксирующий характер спортивного массажа: сила (глубина) воздействия, темп и длительность процедуры.
37. Ручной и аппаратный массаж в спорте.
38. Характеристика общего массажа тела, показания к применению, последовательность обработки анатомических областей.
39. Длительность процедуры общего массажа тела, расстановка акцентов в ходе сеанса. Физиологические эффекты.
40. Понятие о лимфодренажном массаже: массируемые области, приемы, действие на организм.
41. Структурирующий массаж как способ послышной обработки мягких тканей принципы действия, оказания к применению, физиологические эффекты
42. Принципы действия структурирующего массажа, показания к применению, физиологические эффекты.
43. Техника и курс лечебного массажа при ушибах мягких тканей
44. Техника и курс лечебного массажа при вывихах суставов
45. Техника и курс лечебного массажа при переломах костей конечностей.
46. Сочетание лечебного массажа при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата с физиотерапией, лечебной физкультурой на этапе реабилитации.
47. Лечебный массаж при переломах костей таза, подходы в зависимости от тяжести повреждения.
48. Лечебный массаж при переломах позвоночника, подходы в зависимости от тяжести повреждения.
49. Объемы массажа при переломах костей таза и позвоночника в различные реабилитационные периоды.
50. Специфические приемы массажа при переломах костей таза и позвоночника. Сочетание массажа с фармакотерапией, физиотерапией, ЛФК.
51. Классификация нарушений осанки, сколиоза. Комплексный характер лечебного массажа при нарушениях осанки.
52. Понятие о контрактурах, их видах. Техника и особенности массажа при контрактурах.
53. Дифференцированный подход к массажу укороченных и расслабленных мышц.
54. Задачи и методика массажа при остеохондрозе позвоночника
55. Алгоритм действия при шейном, грудном, пояснично-крестцовом остеохондрозе. Области массажа, используемые приемы.



56. Комбинация массажа с другими методами лечения при остеохондрозе позвоночника
57. Понятие о мышечно - фасциальном релизе. Принцип метода, техника выполнения.
58. Надавливание, растяжение и скручивание мягких тканей как основа метода мышечно -
фасциального релиза.
59. Общие и локальные реакции организма на воздействие при проведении мышечно -
фасциального
релиза
60. Частные методы мышечно - фасциального релиза
61. Релиз спины, таза, крестца.
62. Техника релиза тазовой и грудно-брюшной диафрагм: показания, эффекты
воздействия.
63. Субокципитальный релиз: задачи, техники выполнения, эффекты.
64. Понятие о постизометрической релаксации тканей, показания, области применения
65. Техника выполнения и физиологические эффекты постизометрической релаксации
тканей
66. Постреципрокная релаксация: принципы метода, действие на организм

4. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации

В течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, применяется балльно-рейтинговая система оценки достижений студента. Для получения зачета студенту необходимо набрать не менее **50 баллов** из 100 возможных.

В рамках **текущего контроля** в течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, учитывается уровень владения теоретическими и методическими знаниями по предмету «Массаж» (лекционный курс), показ двигательных умений и навыков.

Критерием успешности освоения учебного материала **по окончании учебного семестра** (промежуточная аттестация) является экспертная оценка преподавателя, учитывающая: владение двигательными умениями и навыками, уровень владения теоретическими и методическими знаниями по предмету «Массаж». Экспертная оценка преподавателя может основываться на регулярности посещения обязательных учебных занятий, успешности выполнения установленных на данный семестр объемов рабочей программы.

Перечень требований и тестов по каждому разделу, система их оценки в баллах разрабатываются кафедрой физического воспитания и спорта в структуре 100–балльной системы.

Итогом теоретической подготовки является проведение тестирования



уровня владения теоретическими и методическими знаниями по предмету «Массаж» и написание реферативной работы, защита которой происходит в период зачетной сессии. В реферативной работе студент должен показать умение выявлять и формулировать актуальные для теории и практики физической культуры и спорта цели и задачи, анализировать учебную, научную и методическую литературу, материалы, отражающие практику физкультурно-спортивной деятельности, интерпретировать и оформлять результаты изучаемого материала, делать выводы и давать практические рекомендации по изучаемой теме.

Работа должна включать обоснование выбора темы и ее актуальность, постановку задач, обзор информационных источников, описание методов и результатов исследования, обсуждение полученных данных и библиографический указатель, приложения.

Объем работы должен быть 15–20 страниц стандартизованного текста компьютерной верстки, выполненный в соответствии с ГОСТом.

По согласованию с преподавателем допускается представление реферативной работы в электронном виде, в форме презентаций, видеофильмов, разрешается использование для подготовки работы Интернет-ресурсов с указанием полного URL–адреса первоисточника информации. Возможен самостоятельный выбор студентом темы реферативной работы, согласованной с преподавателем. При очевидных некорректных заимствованиях чужого текста в объеме свыше 40% контрольной работы, выявленных при использовании программы «анти-плагиат» преподаватель имеет право отказать обучающемуся в данной форме контроля.

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств

4.2.1. Критерии оценивания показа двигательных умений и навыков

Максимальный балл за показ двигательных умений и навыков – 20 баллов.

Оценка	Отлично/ зачтено/	Хорошо/ зачтено/	Удовлетворительно/ зачтено/	Неудовлетворительно/ не зачтено/
Баллы	18–20 баллов	15–17 баллов	10–14 баллов	0–9 баллов
Уровень освоения проверяемых компетенций	высокий	средний	базовый	низкий
Критерий	двигательное	двигательное	двигательное	двигательное



оценивания	действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко	действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений	действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению	действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко
------------	---	---	--	---

4.2.2. Критерии оценивания письменной работы (реферата)

Максимальный балл за письменную работу – 40 баллов.

Оценивается умение найти в отечественной и зарубежной литературе, в том числе в сети Интернет и выделение наиболее важных и современных работ по теме реферата, структурирование изложения темы, а также уровень владения понятиями, качество представления работы, умение ответить на вопросы.

Оценка	Отлично/ зачтено/	Хорошо/ зачтено/	Удовлетворительно / зачтено/	Неудовлетворительно не зачтено
Баллы	36–40 баллов	28–35 баллов	10–27 баллов	0–9 баллов
Уровень освоения проверяемых компетенций	высокий	средний	базовый	низкий
Критерий оценивания	Знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы на вопросы. Обучающийся демонстрирует	Знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание работы, однако имеются определенные затруднения в ответе на	Знания имеют фрагментарный характер, имеются определенные неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы. При ответе на вопросы обучающийся не	Не раскрыто содержание реферата, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов. Допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы. Обучающийся обнаруживает неумение оперировать научной терминологией,



ет способность к анализу положений существующ их научных теорий, оперирует научными понятиями. Реферат иллюстриру ется примерами из практики, подтвержда ющими теоретическ ие положения.	уточняющие вопросы. В реферате имеют место несуществен ные фактические неточности. Недостаточн о раскрыто содержание реферата.	может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления. Обучающимся допущены фактические ошибки. Обучающийся продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.	незнание положений существующих научных теорий. В ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний. На большую часть вопросов преподавателя студент затрудняется дать ответ или дает неверные ответы. Из представления реферата видно, что студент слабо ориентируется в тексте.
---	---	---	---

4.3. Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций

При подведении итогов учитываются результаты текущей аттестации. Полученные за текущую аттестацию баллы суммируются с баллами, полученными за каждый этап при прохождении промежуточной аттестации:

0–49 баллов – неудовлетворительно (не зачтено);

50–69 баллов – удовлетворительно (зачтено);

70–90 баллов – хорошо (зачтено);

91–100 баллов – отлично (зачтено).

Особенности проведения процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья обозначены в рабочей программе дисциплины (модуля).

Уровни сформированности компетенций определяется следующим образом:

1. Высокий уровень сформированности компетенций соответствует оценке отлично, предполагает готовность к самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности:

Знать:

- значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации;
- критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной



предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы);

- особенности объединения разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности;

- особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах спортивной подготовки;

- особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах спортивной подготовки;

- анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду;

- научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в избранном виде спорта (далее – ИВС);

- особенности детей, одаренных в ИВС;

- методики массового и индивидуального отбора в ИВС.– умение проявлять уважение к людям и поддерживать доверительные партнёрские отношения и осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий двигательной рекреацией и туризмом.

Уметь:

- ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов;

- определять анатомо-физиологические показатели физического развития спортсменов;

- подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;

- использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом;

- определять показатели и критерии начального отбора в ИВС;

- интерпретировать результаты тестирования в ИВС;

- использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию.

Владеть:

- технологией проведения антропометрических измерений для оценки физического развития спортсмена;



- методами проведения оценки функционального состояния спортсмена;
- основами применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта;
- методикой обоснования подходов к отбору на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду;
- технологией проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС;
- техникой выявления наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования;
- правилами проведения набора и отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду.

2. Средний уровень соответствует оценке хорошо, предполагает формирование компетенций на более высоком уровне:

- неполные, но достаточные знания по дисциплине «Массаж»;
- владение хорошими навыками выполнения базовых комплексов двигательной умений по данному предмету;
- умение применять базовые приёмы в единоборствах;
- умение и владение средствами и методами организации и проведения тренировочных занятий по единоборствам.

3. Базовый уровень соответствует оценке удовлетворительно, предполагает формирование компетенций на начальном уровне:

- удовлетворительные знания теоретических и практических основ дисциплины «Массаж»;
- умение применять в ограниченном количестве ситуаций методы и средства познания, обучения по дисциплине «Массаж»;
- владение некоторыми навыками выполнения основных тренировочных упражнений по дисциплине «Массаж».

4. Низкий уровень соответствует оценке неудовлетворительно, не сформирован начальный уровень компетенций:

- незнание теоретических вопросов по дисциплине «Массаж»;
- незнание теоретических и практических основ по дисциплине «Массаж»;
- неумение применять методы и средства познания, обучения для развития профессиональной компетенции и сохранения здоровья в рамках организации тренировочного процесса по дисциплине «Массаж»;
- отсутствие навыков выполнения основных физических упражнений по единоборствам;
- не владеет основными способами работы в коллективе во время занятий.



**Фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине
Массаж. Направление подготовки (специальность) 49.03.03 Рекреация
и спортивно-оздоровительный туризм. Направленность (профиль)
Менеджмент индустрии спорта и туризма. Присваиваемая
квалификация (степень) Бакалавр. Форма обучения очная. Год(ы)
набора 2025**

Проректор по учебной работе утверждено 24.02.25 А.А. Саламатов

Ученым советом факультета индустрии спорта и туризма

Протокол заседания № 2 от 13.02.2025

Председатель Ученого совета
факультета индустрии спорта и
туризма

согласовано

С.Н. Талызов

Заседанием кафедры индустрии спорта

Протокол заседания № 2 от 12.02.2025

Заведующий кафедрой

согласовано

В.Д. Иванов

Автор (составитель)

В.Д. Иванов

**Структура рабочей программы соответствует приказу ректора ФГБОУ
ВО «ЧелГУ» от «13» апреля 2021 г. № 247-1**