

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 02.06.2026 08:43:18
Уникальный программный ключ:
04c19ed8bf98f3b6cb77a486b9a8788b8322323



МИНОБРАЗОВАНИЯ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма
Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1	стр. 1 из 15	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____
----------------------	--------------	------------------------	---------------

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

Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена

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

Направленность (профиль)
Менеджмент индустрии спорта и туризма

Присваиваемая квалификация
бакалавр

Форма обучения
очная

Год набора 2026

Челябинск, 2026 г.



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 2 из 15

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

**49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм,
направленность (профиль) Менеджмент индустрии спорта и туризма,
фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена»,
2026 год набора, форма обучения: очная**

Утвержден:

Проректор по учебной работе утверждено «25» февраля 2026 г А.А. Саламатов

Согласован:

Ученым советом факультета
индустрии спорта и туризма

Протокол заседания от «27» января 2026 г. № 01.

Председатель Ученого совета факультета
индустрии спорта и туризма

согласовано

С.Н. Талызов

Заседанием кафедры индустрии спорта

Протокол заседания от «26» января 2026 г. № 05.

Заведующий кафедрой


согласовано

В.Д. Иванов

Автор (составитель)

Е.В. Косцова

Структура фонда оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине соответствует приказу ректора ФГБОУ ВО «ЧелГУ» от 27.09.2022 г. № 573-1 «Об утверждении шаблонов документов».

	МИНОБРНАУКИ России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Факультет индустрии спорта и туризма		
Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».			
Версия документа - 1	стр. 3 из 15	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № ____

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 уровни сформированности компетенций.



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 4 из 15

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

1. Паспорт фонда оценочных средств

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

Направленность (профиль) **Менеджмент индустрии спорта и туризма**

Дисциплина **Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена**

Семестр(ы) изучения: 2

Форма (ы) промежуточной аттестации: зачет – 2 сем.

2. Перечень формируемых компетенций

2.1. Компетенции, закреплённые за дисциплиной

Изучение дисциплины «Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена» направлено на формирование следующих компетенций:

Код и наименование компетенции согласно ФГОС	Индикаторы достижения компетенций согласно ОПОП ВО	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
1	2	3
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Обладает знаниями здоровьесберегающих технологий для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. УК-7.2. Демонстрирует умения поддержания должного уровня физической подготовленности и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. УК-7.3. Имеет навыки поддержания должного уровня физической и функциональной	Знать: здоровьесберегающие технологии для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Владеть: навыками поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 5 из 15

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

	подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. Идентифицирует опасности и оценивает факторы риска, опирается на принципы создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды и обеспечения устойчивого развития общества. УК-8.2. Обеспечивает создание и поддержание безопасных условий жизнедеятельности, оказания первой помощи в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов. УК-8.3. Применяет способы и технологии создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, алгоритм оказания первой помощи, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	Знать: принципы создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды и обеспечения устойчивого развития общества. Различать опасности и оценивает факторы риска. Уметь: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, оказывать первую помощь в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов. Владеть: способами и технологиями создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, алгоритм оказания первой помощи, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

3. Содержание оценочных средств по дисциплине

3.1 Виды оценочных средств

Код, наименование компетенции согласно ФГОС	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	Контролируемые темы/разделы (номер и название раздела из РПД п.2.2)	Семестр	Номер задания	Наименование оценочного средства
УК-7. Способен поддерживать	Знать: здоровьесберегающие	Раздел 2. Профилактика инфекционных заболеваний.	2		письменная работа (реферат),



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 6 из 15

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	технологии для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности и функциональной подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Владеть: навыками поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Раздел 3. Гигиенические основы спортивных сооружений Раздел 4. Личная гигиена Раздел 5. Закаливание Гигиенические основы закаливания. Раздел 7. Особенности гигиенического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности лиц разного пола и возраста Раздел 8. Система гигиенического обеспечения подготовки спортсмена Раздел 9. Особенности гигиенического обеспечения занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности			прохождение тестирования, вопросы к зачету
УК-8. Способен создавать и	Знать: принципы создания и	Раздел 2. Профилактика инфекционных	2		письменная работа



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 7 из 15

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

<p>поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении и чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p>поддержания безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды и обеспечения устойчивого развития общества. Различать опасности и оценивает факторы риска.</p> <p>Уметь: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, оказывать первую помощь в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.</p> <p>Владеть: способами и технологиями создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности</p>	<p>заболеваний.</p> <p>Раздел 3. Гигиенические основы спортивных сооружений</p> <p>Раздел 4. Личная гигиена</p> <p>Раздел 5. Закаливание Гигиенические основы закаливания.</p> <p>Раздел 7. Особенности гигиенического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности лиц разного пола и возраста</p> <p>Раздел 8. Система гигиенического обеспечения подготовки спортсмена</p> <p>Раздел 9. Особенности гигиенического обеспечения занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности</p>			<p>(реферат), прохождение тестирования, вопросы к зачету</p>
--	---	--	--	--	--



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 8 из 15

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

	ти, в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, алгоритм оказания первой помощи, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.				
--	---	--	--	--	--

3.2 Содержание оценочных средств

Темы для письменной работы (реферат) по дисциплине

1. Исторические этапы гигиенической науки. Выдающиеся ученые общей и спортивной гигиены. Методы гигиенических исследований.
2. Задачи гигиены массовой физической культуры и спорта. Основные направления развития научных исследований в области гигиены физической культуры и спорта.
3. Основные пути формирования здорового образа жизни различных контингентов населения. Роль физической культуры и спорта в утверждении здорового образа жизни.
4. Биологические факторы внешней среды. Профилактика и борьба с инфекционными заболеваниями в практике физкультурной и спортивной работы. СПИД - опасное инфекционное заболевание.
5. Биологические ритмы и работоспособность. Физические упражнения в суточном режиме. Гигиенические требования ко сну. Профилактика бессонницы.
6. Социальное и биологическое значение вредных привычек. Социально-гигиенические аспекты курения, алкоголизма, наркомании и токсикомании.
7. Гигиенические требования к материалам, из которых изготавливаются одежда и обувь. Гигиенические правила ухода за спортивной одеждой и обувью.
8. Применение закаливающих процедур при различных видах занятий массовой физической культурой. Школы закаливания. Особенности применения закаливания в процессе занятий физкультурой и спортом.
9. Гигиеническая характеристика механических примесей. Способы профилактики и борьбы с запыленностью воздуха в местах занятий физическими упражнениями и спортом. Санитарно-гигиенические мероприятия по охране воздушной среды. Гигиеническая характеристика влияния различных климатических условий на организм.
Гигиенические основы акклиматизации к различным погодным и климатическим условиям.
10. Гигиенические требования к источникам и системам водоснабжения. Минеральный состав воды и его физиологическое значение.
11. Гигиенические требования к планировке спортивных сооружений, строительным материалам, к цветовому оформлению и интерьеру.
12. Гигиенические требования к различным типам спортивных сооружений в городах и сельской местности.
13. Содержание белков, жиров, углеводов, витаминов и минеральных веществ в различных продуктах. Гигиенические требования к употреблению синтетических витаминных препаратов.
14. Гигиеническая характеристика основных групп пищевых продуктов: молоко и молочные продукты, мясо, птица, яйца, рыба, хлеб, крупы, бобовые, картофель, овощи, фрукты и ягоды, кондитерские изделия и мед. Определение доброкачественности пищи.



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 9 из 15

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

15. Профилактика и коррекция избыточного веса. Методы определения нормального и идеального веса (массы) тела. Профилактика пищевой аллергии у детей и взрослых.
16. Социально-гигиенические мероприятия по охране и укреплению здоровья подрастающего поколения РФ. Использование естественных сил природы для закаливания организма детей и подростков. Физкультурно-оздоровительная работа со школьниками.
17. Особенности гигиенического обеспечения занятий физическими упражнениями лиц среднего и пожилого возраста. Гигиеническая характеристика основных форм занятий физическими упражнениями для лиц среднего и пожилого возраста.
18. Гигиеническая характеристика основных форм производственной физической культурой. Гигиенические требования к профессионально-прикладной физической подготовке трудящихся.
19. Гигиеническая характеристика различных форм занятий физическими упражнениями и спортом по месту жительства и гигиенические требования к местам их проведения.
20. Гигиенические требования к организации и проведению тренировочного процесса, тренировочного сбора и соревнований. Создание оптимальных социально-гигиенических условий микросреды для спортсменов.
21. Современные технологии комплексного применения восстановительных средств в процессе физического воспитания и спортивной подготовки.
22. Рациональное построение тренировочного процесса в сложных условиях. Профилактика и первая помощь при тепловом и солнечном ударе, обморожениях и др.
23. Гигиенические требования к организации тренировочного процесса юных спортсменов.
24. Гигиеническое обеспечение подготовки в избранном виде спорта.
25. Гигиеническое обеспечение занятий наиболее популярными видами массовой физической культуры и спорта.

Тестовый опрос уровня теоретических и методических знаний в области гигиены

1. Гигиена – это наука, изучающая:
 - А) внешнюю среду
 - Б) здоровье человека
 - В) влияние факторов внешней среды и производственной деятельности на здоровье человека
 - Г) условия труда
2. Основоположниками гигиены физического воспитания и спорта как науки являются (выберите не менее двух вариантов ответов):
 - А) П.Ф. Лесгафт
 - Б) И.П. Павлов
 - В) Б.В. Гориневский
 - Г) В.А. Волжинский
3. Здоровый образ жизни подразумевает (выберите не менее двух вариантов ответов):
 - А) проживание в благоприятных экологических условиях
 - Б) оптимальную двигательную активность
 - В) рациональное питание
 - Г) отсутствие заболеваний
4. Кто является основоположником экспериментальной гигиены:
 - А) Ф. Ф. Эрисман
 - Б) А.П. Доброславин
 - В) М. Петтенкофер
 - Г) Э. Геккель
5. Гигиена физического воспитания и спорта – это наука, изучающая:
 - А) внешнюю среду при занятии физическими упражнениями и спортом
 - Б) здоровье спортсмена
 - В) объем и интенсивность тренировочных нагрузок
 - Г) влияние различных факторов, связанных с занятиями физической культурой и спортом, на здоровье занимающихся



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 10 из 15

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

6. Личная гигиена включает:

- А) уход за телом и полостью рта, закаливание организма, занятия физическими упражнениями
- Б) рациональный суточный режим, закаливание организма, занятия физическими упражнениями, уход за телом и полостью рта, использование адекватной одежды и обуви
- В) гидропроцедуры, прием пищи, сон, чередование труда и отдыха, выполнение учебных и других занятий
- Г) водные процедуры, использование рациональной одежды и обуви, домашние дела, прогулки на свежем воздухе

7. Материалы, используемые для изготовления спортивной одежды и обуви, должны обладать:

- А) теплопроводностью, воздухопроницаемостью, гигроскопичностью, паропроницаемостью, испаряемостью влаги
- Б) испаряемостью влаги, водоемкостью, теплопроводностью, гигроскопичностью, паропроницаемостью
- В) воздухопроницаемостью, гигроскопичностью, водоемкостью, паропроницаемостью, пористостью
- Г) все представленные утверждения соответствуют действительности

8. Отличительной особенностью инфекционного заболевания являются:

- А) способность больного выделять возбудитель болезни
- Б) способность больного выделять возбудитель болезни и быть опасным для окружающих
- В) наличие симптомов общей интоксикации
- Г) отсутствие местных изменений

9. Главное гигиеническое требование к спортивной обуви:

- А) модель обуви и материалы, из которых она пошита, должны поддерживать оптимальный микроклимат внутриобувного пространства
- Б) спортивная обувь должна быть модной, а также обеспечивать максимальную безопасность в процессе эксплуатации
- В) конструкция любой спортивной обуви должна препятствовать образованию зарядов статического электричества, образующегося на обуви в процессе ее эксплуатации
- Г) спортивная обувь должна равномерно и достаточно плотно облегать стопу, фиксировать ее, не сдавливать ее, не вызывать болезненных ощущений, не сковывать движений в суставах

10. Инкубационный период – это _____

- А) период первых признаков инфекционного заболевания
- Б) период от момента заражения до первых симптомов болезни
- В) период улучшения самочувствия
- Г) период, наиболее опасный для больного инфекционным заболеванием

11. Под закаливанием понимается:

- А) купание в холодной воде и хождение босиком
- Б) приспособления организма к воздействию факторов внешней среды
- В) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и играми
- Г) укрепление здоровья

12. Воздушные ванны начинают принимать при температуре в помещении:

- А) 24-26 0С
- Б) 15-16 0С
- В) 18-20 0С
- Г) 22-24 0С

13. Купание в открытых водоемах начинают при:

- А) температуре воды +18...+220С, воздуха +20...+220С, продолжительности 2-5 мин.
- Б) температуре воды +22...+240С, воздуха +24...+260С, продолжительности 10-15 мин.
- В) температуре воды +15...+170С, воздуха +18...+220С, продолжительности 2-3 мин.
- Г) все представленные утверждения соответствуют действительности

14. К основным принципам закаливания солнечными лучами относятся: (выберите несколько ответов)

- А) постепенность и последовательность
- Б) систематичность и оптимальность дозирования процедуры
- В) учет возрастных и индивидуальных особенностей организма
- Г) все указанные положения соответствуют действительности

15. Закаливание – это

- А) воздействие на организм природно-климатических факторов



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 11 из 15

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

- Б) повышение устойчивости организма к неблагоприятным природно-климатическим факторам
В) периодическое использование воды и воздуха для улучшения здоровья
Г) профилактика соматических простудных заболеваний
16. Воздушные ванны:
- А) Начинают принимать в помещении с 10-минутной продолжительностью, ежедневно увеличивая на 3-5 мин. и до 30-50 мин.
Б) Начинают принимать в помещении с 2-минутной продолжительностью, ежедневно увеличивая на 1-2 мин. и до 10- 15 мин.
В) Начинают принимать в помещении с 20-минутной продолжительностью, ежедневно увеличивая на 3-5 мин. и до 2 -3 часов
Г) Начинают принимать в помещении с 1-2 минутной продолжительностью, ежедневно увеличивая на 8-10 мин. и до 3-4 часов
17. Промышленные предприятия располагаются по отношению к спортивным сооружениям (с учетом розы ветров):
- А) с севера
Б) с юга, юго-востока
В) с наветренной стороны
Г) с подветренной стороны
18. Что понимается под коэффициентом естественной освещенности:
- А) отношение площади остекленной поверхности окон к площади пола
Б) отношение освещенности на улице к освещенности на рабочем месте, выраженное в %
В) отношение площади пола к площади остекленной поверхности окон
Г) отношение освещенности на рабочем месте к освещенности на улице, выраженное в %
19. Укажите норму коэффициента аэрации для спортивного зала:
- А) 1/4 - 1/5
Б) 1/6 - 1/8
В) 1/30 – 1/50
Г) 1/20 – 1/30
20. Для гигиенической оценки тренировочного занятия используют следующие показатели (выберите не менее двух вариантов ответов):
- А) содержание занятия
Б) показатели реакции организма на физическую нагрузку
Г) общая продолжительность и структура занятия

Примечание: при тестировании уровня теоретических и методических знаний в области гигиены один верный ответ соответствует 3 баллам.

Примерные вопросы к зачёту

1. Развитие гигиены физического воспитания и спорта в России.
2. Физиологические основы оздоровительного действия физических упражнений.
3. Влияние климатических условий на здоровье, занимающихся физическими упражнениями.
4. Нормирование качества воздушной среды в спортивных сооружениях.
5. Основные типы загрязнения окружающей среды, их влияние на здоровье занимающихся физической культурой
6. Особенности тренировочного процесса в различных климата-географических условиях.
7. Содержание белков, жиров, углеводов, витаминов и минеральных веществ в различных продуктах. Гигиенические требования к употреблению синтетических витаминных препаратов.
8. Гигиенические требования к источникам и системам водоснабжения. Минеральный состав воды и его физиологическое значение воды.
9. Физиологические основы закаливания.
10. Закаливание в практике физического воспитания и спорта
11. Виды закаливания. Гигиенические нормы при закаливании воздухом, солнцем и водой.
12. Искусственные источники ультрафиолетового излучения в практике закаливания.



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 12 из 15

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

13. Европейский стандарт спортивных сооружений
14. Гигиенические требования при занятиях экстремальными видами спорта
15. Гигиенические требования к физкультурно-оздоровительным сооружениям
16. Использование биологических добавок в питания при занятиях физическими упражнениями и спортом
17. Питание спортсменов во время соревнований, в восстановительный период
18. Гигиенические требования к организации занятий по физической культуре в школе
19. Гигиенические требования к оборудованию, инвентарю спортивных сооружений.
20. Причины авитаминоза
- 22.Профилактика вредных привычек (табакокурение, алкоголь, психоактивные вещества).
23. Понятие о гипокинезии, гиперкинезии, гиподинамии
24. Исторические этапы гигиенической науки. Выдающиеся ученые школьной гигиены.
- 25.Гигиеническая характеристика различных форм занятий физическими упражнениями и спортом по месту жительства и гигиенические требования к местам их проведения.
- 26.Социальное и биологическое значение вредных привычек. Профилактика вредных привычек.
- 27.Гигиенические требования к спортивной обуви
- 28.Гигиенические требования к спортивной одежде
- 29.Гигиенические нормы и мероприятия при занятиях физическими упражнениями в подростковом возрасте.
- 30.Влияние биологически активных добавок на эффективность занятий физическими упражнениями и спортом.
- 31.Гигиенические нормы и мероприятия при занятиях физическими упражнениями в среднем и пожилом возрасте.
32. Гигиеническая характеристика основных форм производственной физической культурой. Гигиенические требования к профессионально-прикладной физической подготовке трудящихся.
33. Гигиенические требования к организации и проведению тренировочного процесса, тренировочного сбора и соревнований. Создание оптимальных социально-гигиенических условий микросреды для спортсменов.

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств

А. Критерии оценивания вовлеченности в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую (ФО и/или СМ) среду

Максимальный балл за вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую среду – 20 баллов.

Описание шкалы оценивания:

15–20 баллов (отлично) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и организация спортивно-массового или физкультурно-оздоровительного мероприятия (выступление в качестве организатора, волонтера); либо участие во Всероссийских и/или окружных соревнованиях.

10–14 баллов (хорошо) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях (в качестве судьи, помощника судьи, арбитра, непосредственного участника региональных и/или муниципальных соревнований, волонтера, комментатора соревнований и т.п.);

10 баллов (удовлетворительно) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и содействие в организации (опосредованно) либо в проведении (опосредованно) спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных внутривузовских мероприятий (в качестве журналиста, фотокорреспондента и т.п.).

Менее 10 баллов (неудовлетворительно) – участие в учебных и внеучебных спортивно-



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 13 из 15

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

массовых или физкультурно- оздоровительных внутривузовских мероприятиях.

Б. Критерии оценивания письменной работы (реферата) для студентов,

Максимальный балл за письменную работу – 30 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	25–30 баллов	20–24 балла	7–19 баллов	0–6 баллов
Уровень освоения проверяемых компетенций	высокий	средний	базовый	низкий

Критерии оценивания:

25–30 баллов - Знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы на вопросы. Обучающийся демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями. Реферат иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения.

20–24 баллов - знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание работы, однако имеются определенные затруднения в ответе на уточняющие вопросы. В реферате имеют место несущественные фактические неточности. Недостаточно раскрыто содержание реферата.

7–19 баллов - знания имеют фрагментарный характер, имеются определенные неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы.

При ответе на вопросы обучающийся не 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.

0–6 баллов - не раскрыто содержание реферата, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов. Допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы.

Обучающийся обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, 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.

В. Критерии оценки устного ответа на экзамене

Оценка «отлично» (зачтено) — всестороннее, систематическое и глубокое знание

	МИНОБРНАУКИ России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Факультет индустрии спорта и туризма		
	Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».		
Версия документа - 1	стр. 14 из 15	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

учебного программного материала, самостоятельно выполненные все предусмотренные программой задания, глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной программой. Ответ отличается богатством и точностью использованных терминов, материал излагается последовательно и логично.

Оценка «хорошо» (зачтено) — достаточно полное знание учебно-программного материала, не допускающий в ответе существенных неточностей, самостоятельно выполненные все предусмотренные программой задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную программой. Показан систематический характер знаний по дисциплине, достаточный для дальнейшей учёбы, а также способность к их самостоятельному пополнению.

Оценка «удовлетворительно» (зачтено) — знание основного учебно-программного материала в объёме, необходимом для дальнейшей учёбы и предстоящей работы по профессии, самостоятельно выполненные основные предусмотренные программой задания, однако допустивший погрешности при их выполнении, но обладающий необходимыми знаниями для устранения под руководством преподавателя наиболее существенных погрешностей.

Оценка «неудовлетворительно» (не зачтено) — материал излагается непоследовательно, сбивчиво, не представляет определённой системы знаний по дисциплине, не раскрыто его основное содержание. Допущены грубые ошибки в определениях и понятиях, при использовании терминологии, которые не исправлены после наводящих вопросов. Демонстрирует незнание и непонимание существа вопросов. Не даны ответы на дополнительные или наводящие вопросы.

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).

Уровни сформированности компетенций определяется следующим образом:

1. **Высокий уровень** сформированности компетенций соответствует **оценке отлично** и предполагает формирование компетенций на высоком уровне: обучающийся знает фактическое и теоретическое знание в пределах области дисциплины с пониманием границ применимости, умеет решать задачи, требующие развития творческих решений, владеет навыками контроля и совершенствования деятельности.
2. **Средний уровень** соответствует **оценке хорошо** и предполагает формирование компетенций на среднем уровне: обучающийся знает факты, принципы, процессы, общие понятия в пределах дисциплины, умеет решать типичные задачи, владеет базовыми навыками.
3. **Базовый уровень** соответствует **оценке удовлетворительно** и предполагает



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.01.04 Общая и специальная гигиена, по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 15 из 15

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

формирование компетенций на начальном уровне: обучающийся воспроизводит термины, факты, методы, понятия, принципы и правила, решает учебные задачи по образцу.

4. **Низкий уровень** соответствует **оценке неудовлетворительно** обучающийся не владеет знаниями по дисциплине, допускает грубые ошибки при решении задач, не справляется с решением тестов, отсутствуют базовые навыки

Методы оценки уровня сформированности компетенций по дисциплине:

Текущий контроль успеваемости — систематическая проверка и оценка образовательных результатов обучающихся по конкретным темам на отдельных занятиях.

Промежуточная аттестация — оценка степени и уровня освоения обучающимися части или всего объёма одной учебной дисциплины по окончании семестра или учебного года.

Метод кейсов — процедура оценивания, при которой используются проблемные ситуации и задачи, касающиеся будущей профессиональной деятельности обучающихся.

Творческие задания — частично регламентированные задания с нестандартным решением, позволяющие диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения.

Оценочные средства уровня сформированности компетенций по дисциплине:

Разноуровневые задачи и задания — репродуктивного уровня, реконструктивного уровня, творческого уровня.

Практические задания — включают одну или несколько задач (вопросов) в виде краткой формулировки действий, которые следует выполнить, или описания результата, который нужно получить.

Тесты — система стандартизированных заданий, для оценки сформированности одной компетенции целесообразно использовать 16–20 тестовых заданий разного типа и уровней сложности.

Требования к оценочным средствам: они должны быть ориентированы на применение умений и знаний в ситуациях, приближённых к профессиональной деятельности, носить интегративный междисциплинарный характер, обеспечивать взаимосвязь теории и практики.