

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 «Фитнес-технологии». 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)**

Фитнес-технологии

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: **Фитнес-технологии**

Семестры изучения: 4

Форма промежуточной аттестации: 4 семестр - экзамен

2. ПЕРЕЧЕНЬ ФОРМИРУЕМЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

2.1. Компетенции, закреплённые за дисциплиной

Изучение дисциплины «Фитнес-технологии» 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
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	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.



		<p>профессиональной деятельности.</p> <p>УК-7.3. Имеет навыки поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Владеть: навыками поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>
<p>ОПК-4.</p>	<p>Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК-4.1. Демонстрирует знания особенностей проведения тренировочных занятий на этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта, особенности построения соревновательной деятельности. Воспитания у занимающихся социально-значимые личностные качества, проведение профилактики негативного социального поведения</p> <p>ОПК-4.2. Осуществляет разработку программ тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта; применять методы организации, контроля и оценки</p>	<p>Знать: особенности проведения тренировочных занятий на этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта, особенности построения соревновательной деятельности. Воспитания у занимающихся социально-значимые личностные качества, проведение профилактики негативного социального поведения</p> <p>Уметь: разработать программы тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта; применять методы организации, контроля и оценки деятельности занимающихся на занятиях, для</p>



		<p>деятельности занимающихся на занятиях, для коррекции процесса подготовки по избранному виду спорта</p> <p>ОПК-4.3. Демонстрирует способности проведения тренировочных занятий различной направленности и воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>коррекции процесса подготовки по избранному виду спорта</p> <p>Владеть: формами, средствами и методами проведения тренировочных занятий различной направленности и воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения.</p>
ОПК-6.	<p>Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-6.1. Демонстрирует знание основ безопасности жизнедеятельности, профилактики травматизма при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью, правил оказания первой доврачебной помощи.</p> <p>ОПК-6.2. Осуществляет соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма в процессе</p>	<p>Знать: основы безопасности жизнедеятельности, профилактики травматизма при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью, правил оказания первой доврачебной помощи.</p> <p>Уметь: Соблюдать технику безопасности, осуществлять профилактику травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности</p> <p>Владеть: Способностью</p>



		физкультурно-спортивной деятельности ОПК-6.3. Обеспечивает создание и поддержание безопасных условий жизнедеятельности, соблюдение техники безопасности, оказания первой помощи в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	обеспечивать создание и поддержание безопасных условий жизнедеятельности, соблюдать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
ПК-3.	Способен проводить планирование и методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения	ПК-3.1. Знает особенности планирования и методического сопровождения физической подготовки и физического развития населения ПК-3.2. Умеет проводить планирование и методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения ПК-3.3. Владеет методами планирования и методического сопровождения физической подготовки и физического развития населения	Знать: особенности планирования и методического сопровождения физической подготовки и физического развития населения Уметь: проводить планирование и методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения Владеть: методами планирования и методического сопровождения физической подготовки и физического развития населения.
ПК-4.	Способен организовать проведение тренировочных, соревновательных мероприятий со спортсменами команды субъекта	ПК-4.1. Знает теорию и практику организации системы отбора спортсменов в основной и резервный составы команды субъекта ПК-4.2. Умеет проводить анализ данных профильной информационной системы по виду спорта, базы протоколов официальных соревнований для формирования базы перспективных спортсменов для зачисления в состав	Знать: теорию и практику организации системы отбора спортсменов в основной и резервный составы команды субъекта. Уметь: проводить анализ данных профильной информационной системы по виду спорта, базы протоколов официальных соревнований для формирования базы перспективных спортсменов для зачисления в состав



		команды субъекта ПК-4.3. Владеет методами проведения отбора спортсменов в основной и резервный составы команды субъекта	команды субъекта Владеть: методами проведения отбора спортсменов в основной и резервный составы команды субъекта.
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

3. СОДЕРЖАНИЕ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

3.1 Виды оценочных средств

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

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

Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации

В рамках текущего контроля в течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, учитывается вовлечённость в ФО и/или СМ среду в семестре, письменная работа (реферат), результаты прохождения тестирования по теории в форме зачета

1. Вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую среду
Максимальный балл за вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую среду – 40 баллов
2. Темы для письменной работы (реферат) по дисциплине
 1. Основные понятия и категории фитнеса.
 2. Исторические аспекты возникновения фитнеса в России и мире.
 3. Основные направления фитнеса.
 4. Планирование, управление и контроль в фитнесе.
 5. Техника выполнения упражнений на различные мышечные группы.
 6. Особенности проведения персональной тренировки в фитнесе.
 7. Методы диагностики результативности персонального тренинга.
 8. Тренировка двигательных качеств в процессе персональной тренировки.
 9. Методика тренировки занимающихся с проблемами в здоровье.



- 10.Технология планирования меню рационального питания при занятиях оздоровительной аэробикой.
11. Расход энергии при занятиях различными видами физических упражнений.
- 12.Теоретики – методические основы современных видов оздоровительных технологий.
- 13.Оздоровительная направленность как важнейший принцип технологий физкультурноспортивной деятельности.
14. Содержательные основы оздоровительной физической культуры.
15. Оздоровительный эффект физической тренировки.
16. Механизм действия физической тренировки.
17. Создание анаболического эффекта.
- 18.Технологии оздоровительной тренировки по улучшению состояния пищеварительной системы.
- 19.Технологии оздоровительной тренировки по улучшению состояния позвоночника.
- 20.Технологии оздоровительной тренировки по улучшению состояния психоэмоционального фона.
- 12.Технологии оздоровительной тренировки по нормализации мышечно-жирового баланса тела занимающегося.
13. Технологии повышения работоспособности при занятиях в жару и холод.
- 14.Технология повышения работоспособности сердечно-сосудистой системы.
15. Технология создания анаболического эффекта в оздоровительной тренировке.
- 16.Техника безопасности при проведении занятия по классической аэробике.
17. Техника безопасности при проведении занятия по степ - аэробике
18. Техника безопасности при проведении занятия по аэробике с элементами боевых искусств.
19. Техника безопасности при проведении занятия по футбол аэробике
20. Техника безопасности при проведении занятия по аэробике с силовой направленностью
21. Техника безопасности при проведении занятия с использованием тренажёров
22. Техника безопасности при проведении занятия по йоге
23. Техника безопасности при проведении занятия по стретчингу
24. Техника безопасности при проведении занятия по глайдингу
25. Техника безопасности при проведении занятия на кор платформах
- 26.Техника безопасности при проведении занятия с использованием резины
- 27.Техника безопасности при проведении занятия с использованием гантелей и утяжелителей
- 28.Техника безопасности при проведении занятия на кор платформах
- 29.Техника безопасности при проведении занятия с детьми дошкольного возраста.
- 30.Анализ техники запрещенных упражнений в фитнесе.
31. Методы восстановления, применяемые в спортивной тренировке.
32. Тренировочный массаж.
- 33.Предварительный массаж
- 34.Восстанавливающий массаж.
35. Общие правила профилактики травматизма в спорте

Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Оценочные средства для промежуточной аттестации представлены анализом



вовлеченности в физкультурно- оздоровительную и/или спортивно-массовую (ФО и/или СМ) среду, опросом уровня теоретических знаний по дисциплине (зачет).

А. Вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую среду
Максимальный балл за вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую среду – 40 баллов

Б. Вопросы для экзамена

1. История развития фитнеса. Компоненты фитнеса.
2. Влияние физической нагрузки на человека. Противопоказания для занятий фитнесом.
3. Общая классификация физических упражнений (характеристики активности мышц).
4. Оздоровительные виды гимнастики и их краткая характеристика.
5. Признаки недостаточной физической нагрузки. Способы увеличения нагрузки.
6. Травматизм. Профилактика травматизма. Первая медицинская помощь.
7. Фитнес - технологии в физкультурном образовании.
8. Классификация фитнес-технологий гимнастической направленности.
9. Фитнес-технологии, направленные на улучшение деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем.
10. Фитнес-технологии силовой направленности.
11. Фитнес-технологии, основанные на циклических видах спорта.
12. Фитнес-технологии, направленные на развитие координационных способностей.
13. Фитнес-технологии, направленные на развитие гибкости.
14. Ментальные виды фитнес-технологий.
15. Фитнес-технологии с использованием фитнес-тренажеров.
16. Аква фитнес-технологии.
17. Особенности использования фитнес-технологий гимнастической направленности с детьми дошкольного возраста.
18. Особенности использования фитнес-технологий гимнастической направленности с детьми школьного возраста.
19. Особенности использования фитнес-технологий гимнастической направленности со студенческой молодежью.
20. Особенности использования фитнес-технологий гимнастической направленности с населением в зрелом и пожилом возрастах.
21. Исторический обзор развития фитнес-технологий гимнастической направленности.
22. Регулирование нагрузки на занятиях фитнес-технологиями гимнастической направленности.
23. Силовая тренировка на занятиях фитнес-технологиями гимнастической направленности.
24. Стретчинг на занятиях фитнес-технологиями гимнастической направленности.
25. Структура и содержание занятий фитнес-технологий гимнастической направленности.
26. Музыкальное сопровождение на занятиях фитнес-технологиями гимнастической направленности
27. Перечислите целевые зоны пульса.
28. Расскажите о формуле, по которой вычисляются целевые зоны пульса
29. Дайте характеристику методики по определению антропометрических особенностей



обучающихся.

30. Дайте характеристику методики по определению физических особенностей обучающихся.

31. Перечислите тесты для определения уровня физической подготовленности.

32. Дайте определение термину – физическая подготовленность.

33. Дайте определение термину – физическое развитие.

34. Перечислите тесты, применяемые в шейпинге.

35. Перечислите тесты, применяемые в степ – аэробике.

36. Перечислите средства фитнеса направленные на коррекцию нарушений осанки.

37. Перечислите средства фитнеса направленные на коррекцию форм ягодич

38. Перечислите средства фитнеса направленные на коррекцию формы живота

39. Перечислите средства фитнеса направленные на коррекцию формы ног

40. Перечислите средства фитнеса направленные на коррекцию формы рук и плечевого пояса

41. Перечислите средства фитнеса направленные на коррекцию лишнего веса.

42. Перечислите средства фитнеса направленные на коррекцию недостатка мышечной массы.

43. Перечислите типы телосложения по типологии У.И. Шелдона. Расскажите о эктоморфном типе телосложения.

44. Перечислите типы телосложения по типологии У.И. Шелдона. Расскажите о мезоморфном типе телосложения.

45. Перечислите типы телосложения по типологии У.И. Шелдона. Расскажите о эндоморфном типе телосложения.

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 «Введение в профессиональную деятельность» (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. 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 «Введение в профессиональную деятельность» 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 оценивания	двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко	двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений	двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению	двигательное 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	Знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто	Знания имеют фрагментарный характер, имеются определенные неточности и погрешности в формулировках,	Не раскрыто содержание реферата, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов. Допущены существенные



	построенные, полные, исчерпывающие ответы на вопросы. Обучающийся демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями. Реферат иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретическое положения.	содержание работы, однако имеются определенные затруднения в ответе на уточняющие вопросы. В реферате имеют место несущественные фактические неточности. Недостаточно раскрыто содержание реферата.	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.	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.
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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:

- 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 «Введение в профессиональную деятельность»;
- 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 «Введение в профессиональную деятельность»;
- умение применять в ограниченном количестве ситуаций методы и средства познания, обучения по дисциплине «Введение в профессиональную деятельность»;
- владение некоторыми навыками выполнения основных тренировочных упражнений по дисциплине «Введение в профессиональную деятельность».

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

- незнание теоретических вопросов по дисциплине;
- незнание теоретических и практических основ по дисциплине;
- неумение применять методы и средства познания, обучения для развития профессиональной компетенции и сохранения здоровья в рамках



организации тренировочного процесса по дисциплине «Введение в профессиональную деятельность»;

– 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 Введение в профессиональную деятельность. 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