**Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

Форма итогового контроля - зачет. Оценка успеваемости студентов складывается с учетом трех критериев:

1. Посещение занятий.
2. Выполнения заданий по самостоятельной работе
3. Самостоятельное проведение тренировочных занятий с группой.
4. Результат работы на практических и семинарских занятиях.

Уровни и критерии итоговой оценки результатов освоения дисциплины

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Уровни | Критерии выполнения заданий ОС | Итоговый семестровый балл | Итоговая оценка |
| Недостаточный | Имеет представление о предмете «физкультурно-здоровительные технологии», но не способен раскрыть содержание направлений в ФОТ, не владеет навыками применения теоретических знаний в решении практических задач. | Менее 41 | незачет |
| Базовый | Знает и владеет средствами и навыками проведения тренирвочного процесса в сфере физкультурно-оздоровительных технлогий.Способен самостоятельно планировать и выполнять деятельность; осмысливать и анализировать информацию, применять полученные знания для решения профессиональных задач, управлять групповыми процессами. | 41-60 | зачет |

**Вопросы для зачета (7 семестр)**

1. Понятие индивидуального здоровья.  
2. Взаимосвязь компонентов здоровья.

3. Основные пути формирования и сохранения здоровья.

4.Здоровый образ жизни как целостная система деятельности.

5. Закаливание как система оздоровления.

6. Резервные возможности человека. Понятие физического здоровья.  
7. Понятие психического здоровья и пути его сохранения.  
8. Нравственно-этические основы здоровья.

9. Общая характеристика оздоровительных систем.  
10. Характеристика оздоровительных систем физических упражнений.  
11. Физическое воспитание как система формирования здорового человека.

12.Физические упражнения – основное средство физического воспитания.

13. Природные и гигиенические факторы как средства физического воспитания и оздоровления.

14. Основы поддержания здоровья позвоночника.  
15. Возрастные особенности оздоровительных занятий с детьми  
16. Возрастные особенности оздоровительных занятий со взрослыми  
17. Возрастные особенности оздоровительных занятий с людьми пожилого возраста  
18. Особенности питания в оздоровительной тренировке  
19. Виды средств восстановления в оздоровительной тренировке  
20. Формы использования оздоровительных средств  
21. Педагогические средства восстановления  
22. Психологические средства восстановления  
23. Медико-биологические средства восстановления