

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ПРИЕМ 2022 г.

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ очная

Физическая культура и спорт

Физическая культура и спорт

Направление подготовки/ специальность	Для всех направлений подготовки		
Образовательная программа (направленность (профиль))			
Специализация			
Уровень образования	высшее образование – специалитет, бакалавриат		
Курс	1,2	семестр	1-2
Трудоемкость в кредитах (зачетных единицах)	2		

И.о.заведующий кафедрой - руководителя отделения на правах кафедры		Белоусов И.А.
Руководитель ООП		
Преподаватель		. Соболева А,А, Хасанова Р.Р 2022г.

1. Роль дисциплины «Физическая культура и спорт» в формировании компетенций выпускника:

Элемент образовательной программы (дисциплина, практика, ГИА)	Семестр	Код компетенции	Наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций		Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенций)	
				Код индикатора	Наименование индикатора достижения	Код	Наименование
Физическая культура и спорт	2	УК (У)-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	И.УК (У)-7.3	Понимает роль здоровьесберегающих технологии в современном обществе, в жизни человека, подготовке его к социальной и профессиональной деятельности	УК(У)-7.3В1	Владеет навыками по использованию средств физической культуры в оздоровительных целях, в профессионально-прикладной подготовке и физкультурно-спортивной деятельности
						УК(У)-7.3У1	Умеет использовать средства физической культуры для достижения жизненных и профессиональных целей
						УК(У)-7.3З1	Знает роль мотивационно-целостного отношения к физической культуре, здоровому образу жизни
				И.УК (У)-7.4	Использует методику самоконтроля для определения уровня здоровья и физической подготовленности в соответствии с нормативными требованиями и условиями профессиональной деятельности	УК(У)-7.4В1	Владеет методами самоконтроля и опытом развития физических качеств: быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости
						УК(У)-7.4У1	Умеет применять методы самоконтроля и составлять индивидуальные программы по развитию физических качеств для обеспечения работоспособности в условиях профессиональной деятельности
						УК(У)-7.4З1	Знает методы самоконтроля для построения и нормирования нагрузки при самостоятельных занятиях
		УК (У)-9	Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональных сферах	И. УК (У)-9.1	Взаимодействует в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья	УК(У)-9.1В1	Владеет навыками толерантного взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с лицами, имеющими различные психофизические особенности
						УК(У)-9.1У1	Умеет планировать и осуществлять профессиональную деятельность с различным контингентом на основе применения базовых дефектологических знаний
						УК(У)-9.1З1	Знает общие понятия инклюзивной компетентности

2. Показатели и методы оценивания

Планируемые результаты обучения по дисциплине		Код индикатора достижения контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование раздела дисциплины	Методы оценивания (оценочные мероприятия)
Код	Наименование			
РД-1	Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний	И.УК(У)-7	Раздел 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Социально-биологические основы физической культуры, Раздел 2. Основы здорового образа жизни студента. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.	Устный опрос Тестирование
РД-2	Применяет методы оценки и контроля физической тренированности, методику составления индивидуальных комплексов для сохранения здоровья и обеспечения работоспособности в условиях профессиональной деятельности	И.УК(У)-7	Раздел 2. Основы здорового образа жизни студента. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Раздел 3. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания, Раздел 4. Спорт. Особенности занятий выбранным видом спорта или системы физических упражнений. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	Устный опрос Тестирование Творческое задание
РД-3	Способен находить контакт и поддерживать коммуникацию с лицами с ограниченными возможностями здоровья	И.УК(У)-9	Раздел 2 Основы здорового образа жизни студента. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности Раздел 3 Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Раздел 4 Спорт Особенности занятий выбранным видом спорта или системы физических упражнений. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.	Устный опрос Тестирование Творческое задание

3. Шкала оценивания

Порядок организации оценивания результатов обучения в университете регламентируется отдельным локальным нормативным актом – «Система оценивания результатов обучения в Томском политехническом университете (Система оценивания)» (в действующей редакции). Используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов обучения. Итоговая оценка (традиционная и литерная) по видам учебной деятельности (изучение дисциплин, УИРС, НИРС, курсовое проектирование, практики) определяется суммой баллов по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации (итоговая рейтинговая оценка - максимум 100 баллов).

Распределение основных и дополнительных баллов за оценочные мероприятия текущего контроля и промежуточной аттестации устанавливается календарным рейтингом-планом дисциплины.

Рекомендуемая шкала для отдельных оценочных мероприятий входного и текущего контроля

% выполнения задания	Соответствие традиционной оценке	Определение оценки
90% ÷ 100%	«Отлично»	Отличное понимание предмета, всесторонние знания, отличные умения и владение опытом практической деятельности, необходимые результаты обучения сформированы, их качество оценено количеством баллов, близким к максимальному
70% - 89%	«Хорошо»	Достаточно полное понимание предмета, хорошие знания, умения и опыт практической деятельности, необходимые результаты обучения сформированы, качество ни одного из них не оценено минимальным количеством баллов
55% - 69%	«Удовл.»	Приемлемое понимание предмета, удовлетворительные знания, умения и опыт практической деятельности, необходимые результаты обучения сформированы, качество некоторых из них оценено минимальным количеством баллов
0% - 54%	«Неудовл.»	Результаты обучения не соответствуют минимально достаточным требованиям

Шкала для оценочных мероприятий дифференцированного зачета / зачета

Степень сформированности результатов обучения	Балл	Соответствие традиционной оценке	Определение оценки
90% ÷ 100%	90 ÷ 100	«Отлично»	Отличное понимание предмета, всесторонние знаний, отличные умения и владение опытом практической деятельности
70% ÷ 89%	70 ÷ 89	«Хорошо»	Достаточно полное понимание предмета, хорошие знания, умения и опыт практической деятельности
55% ÷ 69%	55 ÷ 69	«Удовл.»	Приемлемое понимание предмета, удовлетворительные знания, умения и опыт практической деятельности
0% ÷ 54%	0 ÷ 54	«Неудовл.»	Результаты обучения не соответствуют минимально достаточным требованиям
55% ÷ 100%	55 ÷ 100	«Зачтено»	Результаты обучения соответствуют минимально достаточным требованиям
0% ÷ 54%	0 ÷ 54	«Не зачтено»	Результаты обучения не соответствуют минимально достаточным требованиям

4. Перечень типовых заданий

	Оценочные мероприятия	Примеры типовых контрольных заданий
1.	Устный опрос	Темы: 1. Психологическая подготовка в избранном виде спорта. 2. Физическая подготовка в избранном виде спорта. 3. Методика развития двигательных способностей у юных спортсменов. 4. Методика развития двигательных способностей у квалифицированных спортсменов. 5. Планирование и учет в тренировке юных спортсменов в избранном виде спорта.
2.	Тестирование	Примеры вопросов: Что не является физической культурой? • часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний в целях физического и интеллектуального

	Оценочные мероприятия	Примеры типовых контрольных заданий
		<p>развития способностей человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> • совершенствование двигательной активности человека, формирование здорового образа жизни, социальная адаптация путем физического воспитания; • совокупность материальных и духовных ценностей общества, создаваемых и используемых им для физического совершенствования людей; • органическая часть общечеловеческой культуры, только для пожилых людей. <p>К физическим компетенциям не относят:</p> <ul style="list-style-type: none"> • физическое воспитание; • оздоровительно-реабилитационную физическую культуру; • фоновые виды физической культуры; • военные парады. <p>Основоположителем научной системы физического воспитания является:</p> <ul style="list-style-type: none"> • М.Я. Виленский; • В.И. Ильинич; • П.Ф. Лесгафт; • В.А. Коваленко. <p>Что не является мотивационно-ценностным компонентом физической культуры личности?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Знания; • мотивы; • выносливость; • интересы. <p>В норме у здорового человека в возрасте 18–40 лет в покое кровяное давление равно:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 110/60 мм рт. ст.; • 140/80 мм рт. ст.; • 120/70 мм рт. ст.; • 130/60 мм рт. ст.. <p>Чем не характеризуется утомление?</p> <ul style="list-style-type: none"> • уменьшением силы; • ухудшением координации движения; • ухудшением памяти; <p>физической активностью.</p>
	Творческое задание	<p>Тематика</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Рекомендации по корректировке образа жизни. 2.Составить комплекс физических упражнений различной направленности. Работа с дневником самоконтроля\

6. Методические указания по процедуре оценивания

	Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания
1.	Творческое задание.	<p>1. Провести анкетирование и составить план мероприятий по корректировке здорового образа жизни. Фиксация выполнения плана мероприятий (фото/видео/скриншоты из соответствующих приложений для смартфона). Оценить состояние своего организма по полученным результатам исследований. Сделать выводы и рекомендации.</p> <p>2. Составить комплекс упражнений по предложенной тематике. Работа с дневником самоконтроля. При составлении комплекса упражнений учитывать организационно- методические рекомендации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - последовательное (поочередное) включение в работу различных частей тела, постепенное нарастание нагрузки (ЧСС, объем), последовательность воздействия упражнений «сверху вниз», при котором сначала идут упражнения для рук и плечевого пояса, затем для туловища, шеи и для тазового пояса и ног, последовательность воздействия в обратном порядке — «снизу вверх». - использование терминологии. <p>Критерии оценивания:</p> <p>1. Задание выполнено. Представлены материалы, подтверждающие выполнение задание в соответствии с требованиями – 10 б. Сделаны выводы и рекомендации – 5 б.</p> <p>2. Корректное заполнение дневника – 10 б. Комплекс составлен в соответствии с требованиями - 5 б.</p>
2.	Тестирование	<p>Тестирование проводится письменно/в электронном курсе в конце семинаров и семестра.</p> <p>Критерии оценивания: максимальная оценка за выполнение задания 7 б. Правильный ответ/Неправильный ответ 0-7 б.</p>
3.	Устный опрос	<p>Критерии оценивания: Содержание ответа раскрывает тему в полном объеме – 0 – 5 баллов.</p>