

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Усынин Максим Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 17.10.2023
Уникальный программный ключ:
f498e59e83f65dd7c3ce7bb8a25cbbabb33ebc58

**Частное образовательное учреждение высшего образования
«Международный Институт Дизайна и Сервиса»
(ЧОУВО МИДиС)**

Кафедра педагогики и психологии, гуманитарных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ

Ректор



М.В. Усынин

«29» мая 2023 г.

**ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО
КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ
АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Направление подготовки: 54.03.01 Дизайн
Направленность (профиль): Графический дизайн
Квалификация выпускника: бакалавр
Форма обучения: очная
Год набора - 2020

Автор-составитель: Абрамовских Н. А.

Челябинск 2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	3
2. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....	3
3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	3
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	5

1. ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ С УКАЗАНИЕМ ЭТАПОВ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Процесс изучения дисциплины «Физическая культура» направлен на формирование следующих компетенций:

Код и наименование компетенций выпускника	Код и наименование индикатора достижения компетенций
ОК-8. Способен использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ОК-8.1. Методы и средства физической культуры;
	ОК-8.2. Использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
	ОК-8.3. Системой методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

№ п/п	Код компетенции	Наименование компетенции	Этапы формирования компетенций
1.	ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<i>1 Этап – Знать</i> ОК-8.1. Методы и средства физической культуры;
			<i>2 Этап – Уметь</i> ОК-8.2. Использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
			<i>3 Этап – Владеть</i> ОК-8.3. Системой методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2. ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ, ОПИСАНИЕ ШКАЛ ОЦЕНИВАНИЯ

№ п/п	Код компетенции	Наименование компетенции	Критерии оценивания компетенций на различных этапах формирования	Шкала оценивания
1.	ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и	<i>1 Этап – Знать</i> ОК-8.1. Методы и средства физической культуры;	«Зачтено» в целом правильная работа, с определенным количеством незначительных ошибок
			<i>2 Этап – Уметь</i> ОК-8.2. Использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полно-	

	профессиональной деятельности	ценной социальной и профессиональной деятельности;	«Незачтено» не удовлетворяет минимальным требованиям к формированию компетенции
		3 Этап – Владеть ОК-8.3. Системой методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	

3. ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ИЛИ ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1 ЭТАП – ЗНАТЬ

Задание (я):

1. Составить комплекс упражнений для подготовительной части занятия по физической культуре по выбору студента (общая физическая подготовка или спортивные игры);
2. Составить оздоровительную программу с правильным дозированием объема и интенсивности нагрузки в ходе самостоятельных занятий;
3. Обосновать предложенные рекомендации по здоровому образу жизни;
4. Составить типовую страницу дневника самоконтроля;
5. Составить комплекс упражнений для проведения основной части занятия с учетом выбранного вида спорта (по желанию студента).

2 ЭТАП – УМЕТЬ

Задание (я):

1. Скоростное ведение мяча по прямой линии правой и левой рукой, правым и левым боком вперед, челночным способом 4х10м. Задание выполняется на время. На финише результат фиксируется секундомером.
2. Броски мяча в кольцо после приёма мяча в прыжке с трёх разных точек.
3. Передача мяча в парах в движении различным способом с последующим броском мяча в кольцо.

3 ЭТАП – ВЛАДЕТЬ

Контрольные упражнения и тесты, практические задачи

(для основного учебного отделения)

1. Бег 100 м (сек);
2. Бег 2000 м девушки, бег 3000 м юноши;
3. Ведение мяча в баскетболе: «змейкой», по всему периметру спортивного зала (ошибка по технике);
4. Штрафные броски в баскетболе (5 раз);
5. Демонстрация составленного комплекса гигиенической гимнастики (ошибки в последовательности);
6. Демонстрация составленного комплекса производственной гимнастики, физической паузы (ошибки в подборе упражнений и выполнении последовательности)

Задание на реферативное изложение материала по следующим темам

(для специального медицинского отделения):

1. Организм человека, как единая биологическая система. Воздействие средств физкультуры и спорта, природных, социальных и экологических факторов на организм.
2. Современные оздоровительные системы.
3. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.
4. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
5. Утомление при физической и умственной работе, пути восстановления работоспособности.
6. Физиологические основы занятий физическими упражнениями.
7. Понятие «здоровье», его содержание и критерии, факторы, влияющие на здоровье.
8. Здоровый образ жизни студента и его составляющие (режим труда и отдыха, организация сна, режим питания, организация двигательной активности, профилактика вредных привычек и др.).
9. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.
10. Работоспособность студентов и влияние на нее различных факторов. Средства физической культуры в регулировании работоспособности и профилактике утомления.
11. Требования к организации правильного питания, принципы и содержание при данном заболевании (диагнозе).
12. Понятие о гигиене, гигиенические требования и нормы для организма.

Написание реферата является обязательным элементом самостоятельной работы студентов специального медицинского отделения в рамках освоения курса «Физическая культура». Реферат (от лат. «refere» - докладываю, сообщаю) - это самостоятельная исследовательская работа, в которой автор раскрывает суть исследуемой проблемы; приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Содержание реферата должно быть логичным; изложение материала носит проблемно-тематический характер.

Цель написания реферата:

- продемонстрировать необходимые общекультурные компетенции по курсу «Физическая культура».
- продемонстрировать общий уровень владения основами научной методологии;
- продемонстрировать наличие самостоятельного исследовательского мышления;

Структура реферата:

1) Введение (не более 2 страниц). Во введении необходимо обосновать актуальность темы, очертить область исследования, объект исследования, основные цели и задачи исследования.

2) Основная часть состоит из 2-3 разделов. В них раскрывается суть исследуемой проблемы, проводится обзор мировой литературы по предмету исследования, в котором дается характеристика степени разработанности проблемы и авторская аналитическая оценка основных теоретических подходов к ее решению. Изложение материала не должно ограничиваться лишь описательным подходом к раскрытию выбранной темы. Оно также должно содержать собственное видение рассматриваемой проблемы.

3) Заключение (1-2 страницы). В заключении кратко излагаются выводы, а также предполагаемые научные результаты и прогнозы.

4) Библиографический список (от 5 до 10 источников) в алфавитном порядке. В данный список рекомендуется включать работы отечественных и зарубежных авторов, в том числе статьи, опубликованные в научных журналах в течение последних 3-х лет. Библиографический список содержит только те произведения, на которые есть сноски в тексте.

5) Приложение (при необходимости).

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1 ЭТАП – ЗНАТЬ

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» выставляется студенту, если при решении практической задачи применяет методические и практические знания, вычленяет главные факторы, владеет системой знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, обеспечение полноценной социальной и профессиональной деятельности, самоопределение в физической культуре;

- оценка «не зачтено» выставляется студенту, если при решении практической задачи не знает основы техники двигательных действий, не знает и не воспроизводит термины, не может объяснить значимость физической культуры для укрепления здоровья, обеспечения полноценной профессиональной деятельности.

2 ЭТАП – УМЕТЬ

1. Оценивается техника выполнения упражнения: если при выполнении задания были технические погрешности (потеря мяча или неправильно выполнен перевод мяча из руки в руку на каждом отрезке и др.), добавляют 2 штрафные секунды за каждое неправильно выполненное действие к времени, показанному игроком.

За лучшее показанное студентом время – 3 очка; если разница между последующими результатами и лучшим составляет не более 3 сек., занимающиеся получают 2 очка; всё остальное показанное время соответствует 1 очку.

2. Броски мяча в кольцо после приёма мяча в прыжке с трёх разных точек: на полу мелом рисуют три кружка: напротив кольца, слева от кольца и справа на расстоянии 2-4 м. Занимающийся становится в кружок спиной, боком к щиту, после получения передачи мяча поворачивается и выполняет бросок мяча в прыжке. Подсчитывают количество попаданий (1 попадание - 1 очко).

3. Передача мяча в парах в движении различным способом с последующим броском мяча в кольцо. В одно кольцо бросает мяч один игрок, в другое - второй. Начисляют 2 очка за попадание в корзину.

3 ЭТАП – ВЛАДЕТЬ

Зачет по физической культуре

Тест	Оценка в баллах			
	«Зачтено»			«Незачтено»
	отлично	хорошо	удовл.	неудовл.
Девушки бег 100 м (сек)	15,7	16,7	17,5	18,0
Юноши бег 100 м (сек)	13,2	13,6	14,0	14,6
Девушки бег 2000 м (мин, сек)	10,15	10,50	11,15	11,50
Юноши бег 3000 м (мин, сек)	21,30	22,30	23,30	24,00
Ведение мяча в баскетболе: «змейкой», по всему периметру спортивного зала (ошибка по технике)	-	1	2	3
Штрафные броски в баскетболе (5 раз)	5	4	3	2
Составление и демонстрация комплекса гигиенической гимнастики (ошибки в последовательности)	-	1	2	3
Составление и демонстрация комплекса производственной гимнастики, физкультурной паузы (ошибки в подборе упражнений и выполнении последовательности)	-	1	2	3

Задание на реферативное изложение материала по теме

Требования к оформлению реферата:

- текст на формате А4, с одной стороны листа;
- шрифт Times New Roman;
- кегль шрифта 14;
- межстрочное расстояние 1,5;
- поля: сверху 2 см, снизу - 2 см, слева - 3 см, справа 1,5 см;
- реферат должен быть представлен в сброшюрованном виде;
- формат абзаца текста должен быть выровнен «по ширине» положения на странице. Абзацный отступ первой строки каждого абзаца должен быть равен 1,25 см;
- номер страницы проставляется арабскими цифрами в центре верхней части листа без точки, начиная с введения (3 страница). На титульном листе и на Содержании страница не ставится;
- титульный лист оформляется в соответствии с образцом оформления реферата, курсовой работы, выпускной квалификационной работы, принятым в ЧОУВО МИДиС.

Критерии оценивания работы реферата

Оценка	Правильность (ошибочность) выполнения задания
«зачтено»	Содержание реферата соответствует теме; Правильное использования источников литературы; Соответствие оформления реферата стандартом; Знание учащимся изложенного в реферате материала (для ответа на устные вопросы); Умение грамотно и аргументировано изложить суть проблемы в тексте и устно; Тезисы и предположения аргументированы, сделаны выводы и умозаключения;

	В тексте отражено умение анализировать фактический материал и исторические и культурные факты.
«не зачтено»	Тема реферата раскрыта недостаточно полно; Отсутствует библиографический список; Тезисы и предположения не аргументированы, не сделаны выводы и умозаключения; В тексте отсутствует фактологический анализ; Ответы на устные вопросы не отражают умение грамотно и аргументировано изложить суть реферата.