

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Усынин Максим Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 14.03.2024 16:34:44
Уникальный идентификатор документа:
f498e59e83f65dd7c7ce7bb8a25cbbabb33ebc58

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

Кафедра педагогики, психологии и 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 И СПОРТ**

Направление подготовки: 54.03.01 Дизайн
Направленность (профиль): Цифровая графика в индустрии
компьютерных игр
Квалификация выпускника: Бакалавр
Год набора - 2022

Автор-составитель: Н.А. Абрамовских

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 | 4 |
| 4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы..... | 57 |

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

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

| Код и наименование компетенций выпускника | Код и наименование индикатора достижения компетенций |
|--|--|
| УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1. Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни |
| | УК-7.2. Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни |
| | УК-7.3. Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

| № п/п | Код компетенции | Наименование компетенции | Этапы формирования компетенций |
|-------|-----------------|--|--|
| 1. | УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <p><i>1 Этап — Знать:</i> УК-7.1. Виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни</p> <p><i>2 Этап — Уметь:</i> УК-7.2. Применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p><i>3 Этап — Владеть:</i> УК-7.3. Средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> |

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. | УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <p><i>1 Этап – знать:</i> УК-7.1. Виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни</p> <p><i>2 Этап – уметь:</i> УК-7.2. Применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p><i>3 Этап – владеть:</i> УК-7.3. Средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> | Шкала оценивания приведена в Разделе 4 |

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 и спорту направленности;
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 вперёд, челночным способом 4x10м. 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, физкультурной паузы (ошибки в подборе упражнений и выполнении последовательности)

Задание на реферативное изложение материала по следующим темам (для студентов специальной медицинской группы):

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. «refero» - докладываю, сообщаю) - это самостоятельная исследователь-

ская 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 универсальные компетенции по дисциплине «Физическая культура и спорт».
- 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).

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 (<http://midis.info/sveden/>).

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 оценивания контрольных упражнений и тестов, практических задач

- 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:

Критерии оценивания контрольных упражнений

«отлично» – движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; обучающийся понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся; уверенно выполняет учебный норматив.

«хорошо» – при выполнении обучающийся действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок

«удовлетворительно» – двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Обучающийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях.

«неудовлетворительно» – движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.

3 ЭТАП – ВЛАДЕТЬ:

Критерии оценивания зачета по физической культуре и спорту

| Тест | Оценка в баллах | | | |
|---|-----------------|--------|--------|--------------|
| | «Зачтено» | | | «Не зачтено» |
| | отлично | хорошо | удовл. | неудовл. |
| Девушки бег 100 м (сек) | 16,5 | 17,0 | 17,5 | 17,6 и > |
| Юноши бег 100 м (сек) | 13,5 | 14,8 | 15,1 | 15,2 и > |
| Девушки бег 2000 м (мин, сек) | 10,30 | 11,15 | 11,35 | 11,40 и > |
| Юноши бег 3000 м (мин, сек) | 12,30 | 13,30 | 14,00 | 14,10 и > |
| 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 |

Критерии оценивания работы реферата

| Оценка | Правильность (ошибочность) выполнения задания |
|--------------|---|
| «зачтено» | Содержание реферата соответствует теме; Правильное использования источников литературы; Соответствие оформления реферата стандартом; Знание обучающимися 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. |