

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ПРИЕМ 2020 г.
ФОРМА ОБУЧЕНИЯ очная

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (ЭД по ФК и С): сложнокоординационные виды спорта

Направление подготовки	21.03.02 Землеустройство и кадастры		
Образовательная программа (направленность (профиль))	Землеустройство		
Специализация	Землеустройство		
Уровень образования	высшее образование - бакалавриат		
Курс	1-4	семестр	1-8
Трудоемкость в кредитах (зачетных единицах)	0		

И.о. заведующего кафедрой- руководителя отделения на правах кафедры Руководитель ООП Преподаватель		Капитанов С.Н.
		Козина М.В.
		Соболева А.А.

2020 г.

1. Роль дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (ЭД по ФКиС): сложнокоординационные виды спорта» в формировании компетенций выпускника:

Элемент образовательной программы (дисциплина, практика, ГИА)	Семестр	Код компетенции	Наименование компетенции	Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенции)	
				Код	Наименование
Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (ЭД по ФКиС)	1-8	УК(У)-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК(У)-7.В2	Владеет опытом использования средств физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности
				УК(У)-7.В4	Владеет методами направленного восстановления и стимуляции работоспособности
				УК(У)-7.В6	Владеет методиками развития физических качеств для занятий по различным оздоровительным системам и конкретным видам спорта
				УК(У)-7.У2	Умеет использовать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни
				УК(У)-7.У4	Умеет определять уровень развития тренированности и здоровья, физического развития
				УК(У)-7.У6	Умеет использовать средства физической культуры для достижения жизненных и профессиональных ценностей
				УК(У)-7.32	Знает научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни
				УК(У)-7.34	Знает виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий
				УК(У)-7.36	Знает методические принципы физического воспитания

2. Показатели и методы оценивания

Планируемые результаты обучения по дисциплине		Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование раздела дисциплины	Методы оценивания (оценочные мероприятия)
Код	Наименование			
РД 1	Использовать опыт самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной подготовки	УК(У)-7	Физическая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки; Техническая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки; Тактическая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки; Физическая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе спортивной специализации; Техническая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе спортивной специализации; Тактическая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе спортивной специализации; Элементы тренерской деятельности в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе спортивной специализации; Физическая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства; Техническая подготовка в избранном	Тестирование физической подготовленности; Реферат

			<p>сложнокоординационном виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства;</p> <p>Тактическая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства;</p> <p>Элементы тренерской деятельности в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства</p>	
РД 2	<p>Определять уровень физического развития, дозировать физическую нагрузку в соответствии с уровнем тренированности и состояния здоровья</p>	УК(У)-7	<p>Техническая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки;</p> <p>Техническая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе спортивной специализации;</p> <p>Техническая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства</p>	<p>Тестирование физической подготовленности;</p> <p>Реферат</p>
РД 3	<p>Понимать научно-практические основы физической культуры, основы здорового образа жизни, средства и методы мышечной релаксации в спорте</p>	УК(У)-7	<p>Техническая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки;</p> <p>Элементы тренерской деятельности в избранном сложнокоординационном виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки;</p> <p>Техническая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе спортивной специализации;</p> <p>Элементы тренерской деятельности в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе спортивной</p>	<p>Тестирование физической подготовленности;</p> <p>Реферат</p>

			специализации; Техническая подготовка в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства; Элементы тренерской деятельности в избранном сложнокоординационном виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	
--	--	--	---	--

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 рейтинг-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 и зачета

Степень сформированности результатов обучения	Балл	Соответствие традиционной оценке	Определение оценки
90% ÷ 100%	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%	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%	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
55% ÷ 100%	55 ÷ 100	«Зачтено»	Результаты обучения соответствуют минимально достаточным требованиям
0% ÷ 54%	0 ÷ 54	«Неудовл.»/ «Не зачтено»	Результаты обучения не соответствуют минимально достаточным требованиям

4. Перечень типовых заданий

Оценочные мероприятия		Примеры типовых контрольных заданий	
1.	Тестирование физической подготовленности	<div>Задания:</div> <div><div>Юноши</div><div><div>1. Подтягивание из виса на высокой перекладине</div><div>2. Челночный бег 3x10 м</div><div>3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье</div><div>4. Подъем прямых ног из виса на высокой перекладине до касания перекладины</div><div>5. Отжимание на параллельных брусьях</div><div>6. Упражнение «Планка»</div><div>7. Поднимание туловища из положения</div></div><div>Девушки</div><div><div>1. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см</div><div>2. Челночный бег 3x10 м</div><div>3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье</div><div>4. Подъем ног согнутых в коленном суставе из виса на высокой перекладине до касания колен груди</div><div>5. Отжимание из упора сзади от гимнастической скамье</div><div>6. Упражнение «Планка»</div><div>7. Поднимание туловища из положения лежа</div></div></div>	

	Оценочные мероприятия	Примеры типовых контрольных заданий
		<div> <div>лежа на спине за 60 сек.</div> <div>на спине за 60 сек.</div> </div> <div> <div>8. Прыжки в длину с места</div> <div>8. Прыжки в длину с места</div> </div>
2.	Реферат	<p>Тематика рефератов:</p> <ol style="list-style-type: none"> Средства физической культуры в профилактике и лечении заболеваний позвоночника Травмы (переломы, ранения туловища, верхних и нижних конечностей) Средства физической культуры в профилактике функций органов зрения Морфофункциональное состояние нервной и опорно-двигательной систем при регулярных занятиях физическими упражнениями Характеристика зон интенсивности физических нагрузок. Энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности.

3. Методические указания по процедуре оценивания

	Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания																				
1.	Тестирование физической подготовленности	<p>Контрольное тестирование производится 2 раза в семестр в соответствии с календарным рейтингом-планом. Студентам предлагается 6 контрольных заданий на выбор.</p> <p>Методика оценивания выполнения контрольных заданий:</p> <p>Задание «Подтягивание из виса на высокой перекладине» - юноши</p> <p>Задание «Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см» - девушки</p> <p>Кол-во повторений упражнения:</p> <table><tr><td>Девушки</td><td>Юноши</td></tr><tr><td>5 – 2 балла;</td><td>5 – 2 балла;</td></tr><tr><td>10 – 3 балла;</td><td>10 – 3 балла;</td></tr><tr><td>12 – 4 балла;</td><td>12 – 4 балла;</td></tr><tr><td>15 – 5 баллов.</td><td>15 – 5 баллов.</td></tr></table> <p>Задание «Челночный бег 3x10 м»</p> <p>Результат (сек):</p> <table><tr><td>Юноши</td><td>Девушки</td></tr><tr><td>10" - 2 балла;</td><td>10" - 2 балла;</td></tr><tr><td>8" - 3 балла;</td><td>8" - 3 балла;</td></tr><tr><td>7.7" - 4балла;</td><td>7.7" - 4 балла;</td></tr><tr><td>7.1" - 5 баллов.</td><td>7.1" - 5 баллов.</td></tr></table> <p>Задание «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье»</p> <p>Глубина наклона (см):</p>	Девушки	Юноши	5 – 2 балла;	5 – 2 балла;	10 – 3 балла;	10 – 3 балла;	12 – 4 балла;	12 – 4 балла;	15 – 5 баллов.	15 – 5 баллов.	Юноши	Девушки	10" - 2 балла;	10" - 2 балла;	8" - 3 балла;	8" - 3 балла;	7.7" - 4балла;	7.7" - 4 балла;	7.1" - 5 баллов.	7.1" - 5 баллов.
Девушки	Юноши																					
5 – 2 балла;	5 – 2 балла;																					
10 – 3 балла;	10 – 3 балла;																					
12 – 4 балла;	12 – 4 балла;																					
15 – 5 баллов.	15 – 5 баллов.																					
Юноши	Девушки																					
10" - 2 балла;	10" - 2 балла;																					
8" - 3 балла;	8" - 3 балла;																					
7.7" - 4балла;	7.7" - 4 балла;																					
7.1" - 5 баллов.	7.1" - 5 баллов.																					

	Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания	
		<p>Юноши</p> <p>3 – 2 балла; 6 – 3 балла; 8 – 4 балла; 13 – 5 баллов.</p> <p>Задание «Подъем прямых ног из виса на высокой перекладине до касания перекладины» - юноши</p> <p>Задание «Подъем ног, согнутых в коленном суставе из виса на высокой перекладине до касания колен груди» - девушки</p> <p>Кол-во повторений упражнения:</p> <p>Юноши</p> <p>3 – 2 балла; 7 – 3 балла; 10 – 4 балла; 12 – 5 баллов.</p> <p>Задание «Отжимание на параллельных брусьях» - юноши</p> <p>Задание «Отжимание из упора сзади от гимнастической скамьи» - девушки</p> <p>Кол-во повторений упражнения:</p> <p>Юноши</p> <p>5 – 2 балла; 7 – 3 балла; 10 – 4 балла; 15 – 5 баллов.</p> <p>Задание «Упражнение «Планка»»</p> <p>Результат (сек):</p> <p>Юноши</p> <p>40" - 2 балла; 60" - 3 балла; 90" - 4 балла; 120" - 5 баллов.</p> <p>Задание «Поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 сек.»</p> <p>Кол-во повторений упражнения:</p> <p>Юноши</p>	<p>Девушки</p> <p>5 – 2 балла; 8 – 3 балла; 11 – 4 балла; 16 – 5 баллов.</p> <p>Девушки</p> <p>3 – 2 балла; 7 – 3 балла; 10 – 4 балла; 12 – 5 баллов.</p> <p>Девушки</p> <p>5 – 2 балла; 7 – 3 балла; 10 – 4 балла; 15 – 5 баллов.</p> <p>Девушки</p> <p>30" - 2 балла; 40" - 3 балла; 60" - 4 балла; 90" - 5 баллов.</p> <p>Девушки</p>

	Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания
		<div> <div>27 – 2 балла;</div> <div>33 – 3 балла;</div> <div>37 – 4 балла;</div> <div>48 – 5 баллов.</div> </div> <div> <div>25 – 2 балла;</div> <div>32 – 3 балла;</div> <div>35 – 4 балла;</div> <div>43 – 5 баллов.</div> </div> <p>Задание «Прыжки в длину с места»</p> <p>Результат (см):</p> <div> <div>Юноши</div> <div>200 – 2 балла;</div> <div>210 – 3 балла;</div> <div>225 – 4 балла;</div> <div>240 – 5 баллов.</div> </div> <div> <div>Девушки</div> <div>150 – 2 балла;</div> <div>170 – 3 балла;</div> <div>180 – 4 балла;</div> <div>195 – 5 баллов.</div> </div>
2.	Реферат	<p>Структура реферата:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Титульный лист; 2. Содержание; 3. Введение; 4. Основное содержание; 5. Заключение (выводы); 6. Список литературы; 7. Приложения (если имеются). <p>Оценивание:</p> <p>Содержание реферата раскрывает тему – 4 балла;</p> <p>Реферативная работа соответствует требуемой структуре - 4 балла;</p> <p>Реферативная работа оформлена в соответствии с требованиями ГОСТ по оформлению научной работы – 4 балла;</p> <p>Реферативная работа содержит таблицы, графики, иллюстрации, статистические данные, соответствующие заявленной теме – 4 балла.</p>