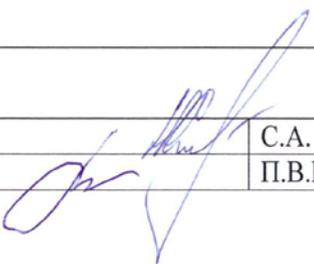


**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**ПРИЕМ 2020 г.**

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ заочная

**Элективные дисциплины по физической культуре и спорту**

Направление подготовки/ специальность	20.03.01 Техносферная безопасность		
Образовательная программа (направленность (профиль))	Защита в чрезвычайных ситуациях		
Специализация	Защита в чрезвычайных ситуациях		
Уровень образования	высшее образование - бакалавриат		
Курс	4	семестр	8
Трудоемкость в кредитах (зачетных единицах)			
Руководитель ООП			
Преподаватель			
	П.В.Родионов		

2020 г.

## 1. Роль дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту» в формировании компетенций выпускника:

Элемент образовательной программы (дисциплина)	Семестр	Код компетенции	Наименование компетенции	Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенций)	
				Код	Наименование
Элективная дисциплина по физической культуре и спорту		УК(У)-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК(У)-7.В1	Владеет знаниями использования средств физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности
				УК(У)-7.В2	Владеет опытом подбора вида тренировки: спортивная, профессиональная, интенсивная, круговая, развитие функций организма
				УК(У)-7.В3	Владеет знаниями развития физических качеств для занятий по различным оздоровительным системам и конкретным видам спорта
				УК(У)-7.У1	Умеет использовать «двигательную активность» как один из факторов здорового образа жизни
				УК(У)-7.У2	Умеет составлять индивидуальные программы по развитию физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости
				УК(У)-7.У3	Умеет использовать средства физической культуры для оптимизации собственной работоспособности
				УК(У)-7.З1	Знает научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни
				УК(У)-7.З2	Знает основы общей физической, вспомогательной специальной физической, технической и психической подготовленности
				УК(У)-7.З3	Знает средства и методы физического воспитания и физической культуры

## 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			
РД1	Знать научно-практические основы физической культуры, основы здорового образа жизни, средства и методы мышечной релаксации в спорте			
РД2	Уметь использовать методики эффективных и дополнительных способов жизненно важными умениями и навыками (ходьба, бег, передвижение на лыжах, плавание и т.д.)			

РД3	Уметь составлять индивидуальные программы физического воспитания и знаний с оздоровительной, рекреационной восстановительной направленностью (медленный бег, прогулки и т.д.)	УК(У)-7	Раздел (модуль) 1. Атлетическая гимнастика	<b>1. результат приема контрольных нормативов</b>  <b>2. Изучение тем, вынесенных на самостоятельную проработку (реферат)</b>
РД4	Уметь использовать методы оценки и коррекции осанки и телосложения			
РД5	Уметь регулировать психоэмоциональное состояние			
РД6	Владеть опытом профессионально-прикладной физической подготовки, определяющей психофизическую готовность к будущей профессии			
РД7	Владеть опытом составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, гигиенической или тренировочной направленности			
РД8	Владеть опытом самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной подготовки			

### 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 зачета**

% выполнения заданий экзамена	Зачет, балл	Соответствие традиционной оценке	Определение оценки
55% - 100%	11 ÷ 19	«Зачтено»	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
0% - 54%	0 ÷ 20	«Не зачтено»	Результаты обучения не соответствуют минимально достаточным требованиям

**4. Перечень типовых заданий**

Оценочные мероприятия		Примеры типовых контрольных заданий					
1.	Сдача контрольных нормативов, согласно Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне».	№ п\п	Виды испытаний	Юноши		Девушки	
				Диплом (хорошо)	Диплом отличника	Диплом (хорошо)	Диплом отличника
		1	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	36	42	12	15
		2	Сгибание и разгибание рук в упоре сзади	35	45	15	25

Оценочные мероприятия		Примеры типовых контрольных заданий						
		3	Подтягивание на высокой перекладине (кол-во раз)	10	12	-	-	
		4	Поднимание ног на перекладине	7	10	-	-	
		5	Поднимание ног из положения лежа на спине	-	-	30	50	
		6	Поднимание туловища из положения лежа на животе («спина»)	-	-	30	40	
		7	Присед на одной ноге	8	12	5	8	
		8	Наклон стоя вперед с прямыми ногами	Достать пальцами пол	Достать ладонями пол	Достать пальцами пол	Достать ладонями пол	
		9	Поднимание туловища из положения лежа на спине, ноги зафиксированы (кол-во раз за 30 сек.)	22	25	16	20	
		2.	Изучение тем, вынесенных на самостоятельную	1. Место физкультуры и спорта в моей жизни (прошлое, настоящее, перспективы). 2. Основы лечебной физической культуры (раскрыть методику проведения занятий при				

	Оценочные мероприятия	Примеры типовых контрольных заданий
	проработку (реферат)	<p>конкретном заболевании).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Здоровый образ жизни и факторы его определяющие.</li> <li>4. Основные требования к организации здорового образа жизни студента.</li> <li>5. Значение средств физической культуры в повышении работоспособности студента и профилактике утомления.</li> <li>6. Коррекция телосложения студента средствами физической культуры.</li> <li>7. Значение физической культуры для будущего специалиста.</li> <li>8. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями.</li> <li>9. Приемы регуляции и саморегуляции неблагоприятных психических и физических состояний.</li> </ol>

### 5. Методические указания по процедуре оценивания

	Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания
1.	Сдача контрольных нормативов, согласно Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне».	<p>Контроль освоения материала учебно-практических занятий осуществляется приемом у студентов контрольных нормативов. В состав контролируемых нормативов входят таблицы рейтинга распределения баллов по видам занятий и по каждому контрольному нормативу, комплект контрольных вопросов для текущего контроля и аттестации, журнал учета посещаемости занятий.</p> <p>Максимальный балл за сдачу контрольных нормативов - 40 баллов. Контрольные нормативы считаются успешно выполненным при получении студентом 20 баллов.</p> <p>Итоговая оценка за семестр рассчитывается на основе полученной суммы баллов в результате текущего контроля, и баллов, набранных при заключительном контроле знаний на зачете.</p>
2	Изучение тем, вынесенных на самостоятельную проработку(реферат)	<p>Реферат – письменная работа, посвященная определенной теме, обзору источников по какому-то направлению.</p> <p>Целью реферата является – сбор и систематизация знаний по конкретной теме или проблеме.</p> <p>Реферат должен быть четко структурирован.</p> <p>Структура реферата:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ титульный лист (приложение 1)</li> </ul>

Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания																
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ содержание;</li> <li>✓ введение;</li> <li>✓ основная часть;</li> <li>✓ заключение;</li> <li>✓ список литературы (подбор литературы к выбранной теме осуществляется студентом самостоятельно).</li> </ul>																
	Критерии оценивания реферата:																
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th data-bbox="712 478 1010 504">Критерий</th> <th data-bbox="1010 478 1753 504">Показатели</th> <th data-bbox="1753 478 1968 504">Баллы</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="712 504 1010 663">1. Новизна реферированного текста</td> <td data-bbox="1010 504 1753 663"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальность проблемы и темы;</li> <li>- новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы;</li> <li>- наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.</li> </ul> </td> <td data-bbox="1753 504 1968 663" style="text-align: center;">15</td> </tr> <tr> <td data-bbox="712 663 1010 943">2. Степень раскрытия сущности проблемы</td> <td data-bbox="1010 663 1753 943"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соответствие плана теме реферата;</li> <li>- соответствие содержания теме и плану реферата;</li> <li>- полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы;</li> <li>- обоснованность способов и методов работы с материалом;</li> <li>- умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;</li> <li>- умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.</li> </ul> </td> <td data-bbox="1753 663 1968 943" style="text-align: center;">20</td> </tr> <tr> <td data-bbox="712 943 1010 1102">3. Соблюдение требований к оформлению</td> <td data-bbox="1010 943 1753 1102"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильное оформление ссылок на используемую литературу;</li> <li>- грамотность и культура изложения;</li> <li>- владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы;</li> <li>- соблюдение требований к объему реферата;</li> <li>- культура оформления: выделение абзацев.</li> </ul> </td> <td data-bbox="1753 943 1968 1102" style="text-align: center;">5</td> </tr> <tr> <td data-bbox="712 1102 1010 1133">Итого:</td> <td data-bbox="1010 1102 1753 1133"></td> <td data-bbox="1753 1102 1968 1133" style="text-align: center;">40</td> </tr> </tbody> </table>		Критерий	Показатели	Баллы	1. Новизна реферированного текста	<ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальность проблемы и темы;</li> <li>- новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы;</li> <li>- наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.</li> </ul>	15	2. Степень раскрытия сущности проблемы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соответствие плана теме реферата;</li> <li>- соответствие содержания теме и плану реферата;</li> <li>- полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы;</li> <li>- обоснованность способов и методов работы с материалом;</li> <li>- умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;</li> <li>- умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.</li> </ul>	20	3. Соблюдение требований к оформлению	<ul style="list-style-type: none"> <li>- правильное оформление ссылок на используемую литературу;</li> <li>- грамотность и культура изложения;</li> <li>- владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы;</li> <li>- соблюдение требований к объему реферата;</li> <li>- культура оформления: выделение абзацев.</li> </ul>	5	Итого:		40
Критерий	Показатели	Баллы															
1. Новизна реферированного текста	<ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальность проблемы и темы;</li> <li>- новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы;</li> <li>- наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.</li> </ul>	15															
2. Степень раскрытия сущности проблемы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соответствие плана теме реферата;</li> <li>- соответствие содержания теме и плану реферата;</li> <li>- полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы;</li> <li>- обоснованность способов и методов работы с материалом;</li> <li>- умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;</li> <li>- умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.</li> </ul>	20															
3. Соблюдение требований к оформлению	<ul style="list-style-type: none"> <li>- правильное оформление ссылок на используемую литературу;</li> <li>- грамотность и культура изложения;</li> <li>- владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы;</li> <li>- соблюдение требований к объему реферата;</li> <li>- культура оформления: выделение абзацев.</li> </ul>	5															
Итого:		40															
	<p>Максимальный балл за реферат - 40 баллов. Реферат считается успешно выполненным при получении студентом 20 баллов.</p> <p>Итоговая оценка за семестр рассчитывается на основе полученной суммы баллов в результате текущего контроля, и баллов, набранных при заключительном контроле знаний на зачете.</p>																