

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ПРИЕМ 2019 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			
	С.А. Солодский		
	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 психофизической регуляции организма (аутогенная тренировка)
				УК(У)-7.В4	Владеет навыком выполнения двигательных действий на основе усвоенных знаний и жизненного опыта
				УК(У)-7.В6	Владеет методами направленного восстановления и стимуляции работоспособности (физическая рекреация)
				УК(У)-7.У2	Умеет использовать средства физической культуры для достижения жизненных и профессиональных ценностей
				УК(У)-7.У4	Умеет использовать жизненно важные умения и навыки физической культуры
				УК(У)-7.У6	Умеет определять уровень развития тренированности и здоровья, физического развития
				УК(У)-7.32	Знает роль основ средств и методов физической культуры
				УК(У)-7.34	Знает методические принципы физического воспитания
				УК(У)-7.36	Знает виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий

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	УК(У)-7	Раздел (модуль) 1. Атлетическая гимнастика	1.результат приема контрольных нормативов 2. Изучение тем, вынесенных на самостоятельную проработку (реферат)
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.)			
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

Оценочные мероприятия		Примеры типовых контрольных заданий					
		1	Сгибание 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
		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-	22	25	16	20

Оценочные мероприятия		Примеры типовых контрольных заданий					
			во раз за 30 сек.)				
2.	Изучение тем, вынесенных на самостоятельную проработку (реферат)	1. Место физкультуры и спорта в моей жизни (прошрое, настоящее, перспективы). 2. Основы лечебной физической культуры (раскрыть методику проведения занятий при конкретном заболевании). 3. Здоровый образ жизни и факторы его определяющие. 4. Основные требования к организации здорового образа жизни студента. 5. Значение средств физической культуры в повышении работоспособности студента и профилактике утомления. 6. Коррекция телосложения студента средствами физической культуры. 7. Значение физической культуры для будущего специалиста. 8. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями. 9. Приемы регуляции и саморегуляции неблагоприятных психических и физических состояний.					

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».	Контроль освоения материала учебно-практических занятий осуществляется приемом у студентов контрольных нормативов. В состав контролирующих 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. Максимальный балл за сдачу контрольных нормативов - 40 баллов. Контрольные нормативы считаются успешно выполненным при получении студентом 20 баллов. Итоговая оценка за семестр рассчитывается на основе полученной суммы баллов в результате текущего контроля, и баллов, набранных при заключительном контроле знаний на зачете.

	Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания															
2	Изучение тем, вынесенных на самостоятельную проработку(реферат)	Реферат – письменная работа, посвященная определенной теме, обзору источников по какому-то направлению. Целью реферата является – сбор и систематизация знаний по конкретной теме или проблеме. Реферат должен быть четко структурирован. Структура реферата: ✓ титульный лист (приложение 1) ✓ содержание; ✓ введение; ✓ основная часть; ✓ заключение; ✓ список литературы (подбор литературы к выбранной теме осуществляется студентом самостоятельно). Критерии оценивания реферата: <table border="1"> <thead> <tr> <th>Критерий</th><th>Показатели</th><th>Баллы</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Новизна реферированного текста</td><td> - актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений. </td><td>15</td></tr> <tr> <td>2. Степень раскрытия сущности проблемы</td><td> - соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы. </td><td>20</td></tr> <tr> <td>3. Соблюдение требований к оформлению</td><td> - правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев. </td><td>5</td></tr> <tr> <td colspan="2">Итого:</td><td>40</td></tr> </tbody> </table>	Критерий	Показатели	Баллы	1. Новизна реферированного текста	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.	15	2. Степень раскрытия сущности проблемы	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.	20	3. Соблюдение требований к оформлению	- правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев.	5	Итого:		40
Критерий	Показатели	Баллы															
1. Новизна реферированного текста	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.	15															
2. Степень раскрытия сущности проблемы	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.	20															
3. Соблюдение требований к оформлению	- правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев.	5															
Итого:		40															

	Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания
		Максимальный балл за реферат - 40 баллов. Реферат считается успешно выполненным при получении студентом 20 баллов. Итоговая оценка за семестр рассчитывается на основе полученной суммы баллов в результате текущего контроля, и баллов, набранных при заключительном контроле знаний на зачете.