

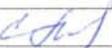
**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**ПРИЕМ 2016 г.**

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ очная.

Физическая культура
---------------------

Направление подготовки/ специальность	14.05.02 Атомные станции: проектирование, эксплуатация и инжиниринг		
Образовательная программа (направленность (профиль))	<b>Nuclear power plants: design, operation and engineering / Атомные станции: проектирование, эксплуатация и инжиниринг</b>		
	<b>Design and operation of nuclear power plants / Проектирование и эксплуатация атомных станций</b>		
Уровень образования	высшее образование - специалитет		
Курс	2	семестр	3
Трудоемкость в кредитах (зачетных единицах)	2		

И.о.заведующий кафедрой - руководитель отделения		Капитанов С.Н.
Руководитель ООП		Лавриненко С.В.
Преподаватель	 Доцент	Соболева А.А.

2020г.

## 1. Роль дисциплины «Физическая культура» в формировании компетенций выпускника:

Элемент образовательной программы (дисциплина, практика, ГИА)	Семестр	Код компетенции	Наименование компетенции	Код результата освоения ООП	Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенций)	
					Код	Наименование
Физическая культура	3	ОК(У)-8	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Р7	ОК(У)-8.В1	Владеет навыками мотивационно-целостного отношения к физической культуре, здоровому образу жизни
					ОК(У)-8.В2	Владеет опытом подбора соответствующих средств и методик тренировки
					ОК(У)-8.В3	Владеет методами направленного восстановления и стимуляции работоспособности
					ОК(У)-8.У1	Умеет использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных ценностей
					ОК(У)-8.У2	Умеет составлять индивидуальные программы по развитию физической подготовленности
					ОК(У)-8.У3	Умеет определять уровень развития тренированности и физического развития
					ОК(У)-8.31	Знает роль основ средств и методов физической культуры
					ОК(У)-8.32	Знает основы общей физической и психической подготовленности
					ОК(У)-8.33	Знает средства и методы 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	Уметь составлять индивидуальные программы физического воспитания с оздоровительной,	ОК(У)-8	Раздел 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Социально-биологические основы физической культуры, Раздел 2. Основы здорового образа жизни студента.	Презентация Тестирование

	рекреационной, восстановительной направленностью с учетом физиологических особенностей организма		Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.	
РД-2	Владеть опытом составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, гигиенической или тренировочной направленности	ОК(У)-8	Раздел 3. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания, Раздел 4. Спорт. Особенности занятий выбранным видом спорта или системы физических упражнений. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	Презентация Тестирование
РД-3	Знать основы общей физической, вспомогательной специальной физической, технической и психической подготовленности	ОК(У)-8	Раздел 2 Основы здорового образа жизни студента. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности Раздел 3 Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Раздел 4 Спорт. Особенности занятий выбранным видом спорта или системы физических упражнений. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.	Презентация Тестирование

### 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.

#### Шкала для оценочных мероприятий и зачета

Степень сформированности	Балл	Соответствие традиционной оценке	Определение оценки
--------------------------	------	----------------------------------	--------------------

результатов обучения			
0% ÷ 54%	0 ÷ 54	«Неудовл.»	Результаты обучения не соответствуют минимально достаточным требованиям
55% ÷ 100%	55 ÷ 100	«Зачтено»	Результаты обучения соответствуют минимально достаточным требованиям
0% ÷ 54%	0 ÷ 54	«Не зачтено»	Результаты обучения не соответствуют минимально достаточным требованиям

#### 4. Перечень типовых заданий

	Оценочные мероприятия	Примеры типовых контрольных заданий
1.	Презентация	<p>Темы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психологическая подготовка в избранном виде спорта.</li> <li>2. Физическая подготовка в избранном виде спорта.</li> <li>3. Методика развития двигательных способностей у юных спортсменов.</li> <li>4. Методика развития двигательных способностей у квалифицированных спортсменов.</li> <li>5. Планирование и учет в тренировке юных спортсменов в избранном виде спорта.</li> </ol>
2.	Тестирование	<p>Примеры вопросов:</p> <p>Что не является физической культурой?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний в целях физического и интеллектуального развития способностей человека;</li> <li>• совершенствование двигательной активности человека, формирование здорового образа жизни, социальная адаптация путем физического воспитания;</li> <li>• совокупность материальных и духовных ценностей общества, создаваемых и используемых им для физического совершенствования людей;</li> <li>• органическая часть общечеловеческой культуры, только для пожилых людей.</li> </ul> <p>К физическим компетенциям не относят:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• физическое воспитание;</li> <li>• оздоровительно-реабилитационную физическую культуру;</li> <li>• фоновые виды физической культуры;</li> <li>• военные парады.</li> </ul> <p>Основоположником научной системы физического воспитания является:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• М.Я. Виленский;</li> <li>• В.И. Ильинич;</li> <li>• П.Ф. Лесгафт;</li> <li>• В.А. Коваленко.</li> </ul> <p>Что не является мотивационно-ценностным компонентом физической культуры личности?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знания;</li> <li>• мотивы;</li> <li>• выносливость;</li> <li>• интересы.</li> </ul> <p>В норме у здорового человека в возрасте 18–40 лет в покое кровяное давление равно:</p>

	Оценочные мероприятия	Примеры типовых контрольных заданий
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 110/60 мм рт. ст.;</li> <li>• 140/80 мм рт. ст.;</li> <li>• 120/70 мм рт. ст.;</li> <li>• 130/60 мм рт. ст..</li> </ul> <p>Чем не характеризуется утомление?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• уменьшением силы;</li> <li>• ухудшением координации движения;</li> <li>• ухудшением памяти;</li> </ul> <p>физической активностью.</p>
3	Зачет (защита реферата)	<p>Тематика рефератов:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Средства физической культуры в профилактике и лечении заболеваний позвоночника.</li> <li>2. Травмы (переломы, ранения туловища, верхних и нижних конечностей).</li> <li>3. Средства физической культуры в профилактике функций органов зрени</li> <li>4. Морфофункциональное состояние нервной и опорно-двигательной систем при регулярных занятиях физическими упражнениями.</li> <li>5. Характеристика зон интенсивности физических нагрузок. Энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности.</li> <li>6. Средства физической культуры в профилактике и лечении заболеваний внутренних органов.</li> <li>7. Методы оценки и коррекции осанки и телосложения</li> <li>8. Физическая активность и индивидуальные нормы физической активности.</li> <li>9. Зоны и интенсивность физических нагрузок.</li> <li>10. Пульсовые режимы рациональной тренировочной нагрузки для лиц студенческого возраста ЧСС, ПАНО (порог анаэробного обмена).</li> </ol> <p>Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>

### 5. Методические указания по процедуре оценивания

	Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания
1.	Презентация	<p>Выбрать тему презентации для представления на практическом занятии, согласовав ее с преподавателем. Количество слайдов – не более 10, время выступления – 5-7 минут.</p> <p><b>Критерии оценивания:</b></p> <p>Содержание: в презентации раскрыта тема – 2 балла</p> <p>Дизайн: оформление слайдов не перегружено текстом, иллюстрации, графики и таблицы соответствуют теме – 2 балла</p> <p>Выступление: выступающий свободно излагает материал (не зачитывает), отвечает на вопросы по теме презентации – 2 балла.</p>
2.	Тестирование	<p>Тестирование проводится письменно в конце семестра. Тест состоит из 20 вопросов.</p> <p><b>Критерии оценивания:</b></p> <p>Правильный ответ – 1 балл;</p>

	Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания
		Неправильный ответ – 0 баллов.
3.	Зачет (защита реферата)	<p>Реферат по предложенным тематикам сдается в конце семестра. Структура реферата должна включать следующие составные части и разделы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Титульный лист.</li> <li>2. Содержание.</li> <li>3. Введение.</li> <li>4. Основное содержание.</li> <li>5. Заключение (выводы).</li> <li>6. Список литературы.</li> <li>7. Приложения (если имеются).</li> </ol> <p><b>Критерии оценивания:</b>  Содержание реферата раскрывает тему в полном объеме – 12 баллов;  Структура реферата соответствует методическим указаниям – 6 баллов;  Реферат оформлен в соответствии с требованиями к реферативным работам, использованы актуальные источники литературы, графические материалы соответствуют тематике – 6 баллов.</p>