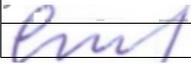


ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ПРИЕМ 2016 г.
ФОРМА ОБУЧЕНИЯ заочная

Физическая культура и спорт

Направление подготовки/ специальность	09.03.01 Информатика и вычислительная техника		
Образовательная программа (направленность (профиль))	Информатика и вычислительная техника		
Специализация	Вычислительные машины, комплексы, системы и сети		
Уровень образования	высшее образование - бакалавриат		
Курс	1	семестр	2
Трудоемкость в кредитах (зачетных единицах)	2		

И.о. заведующий кафедрой - руководитель отделения на правах кафедры		С.Н. Капитанов
Руководитель ООП		А.В. Погребной
Преподаватель		А.А. Соболева

2020 г.

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

Элемент образовательной программы (дисциплина, практика, ГИА)	Семестр	Код компетенции	Наименование компетенции	Результаты освоения ООП	Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенций)	
					Код	Наименование
Физическая культура и спорт	2	ОК(У)-8	Способен использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Р8	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 и (или ее части)	Наименование раздела дисциплины	Методы оценивания (оценочные мероприятия)
Код	Наименование			

РД-1	Уметь составлять индивидуальные программы физического воспитания с оздоровительной, рекреационной, восстановительной направленностью с учетом физиологических особенностей организма	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. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.	Тестирование Защита реферата
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	Тестирование Защита реферата
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.	Тестирование Защита реферата

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 дифференцированного зачета / 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	<p>Примеры вопросов:</p> <p>Что не является физической культурой?</p> <ul style="list-style-type: none"> • часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний в целях физического и интеллектуального развития способностей человека; • совершенствование двигательной активности человека, формирование здорового образа жизни, социальная адаптация путем физического воспитания; • совокупность материальных и духовных ценностей общества, создаваемых и используемых им для физического совершенствования людей; • органическая часть общечеловеческой культуры, только для пожилых людей. <p>К физическим компетенциям не относят:</p> <ul style="list-style-type: none"> • физическое воспитание; • оздоровительно-реабилитационную физическую культуру;

	Оценочные мероприятия	Примеры типовых контрольных заданий
		<ul style="list-style-type: none"> • фоновые виды физической культуры; • военные парады. <p>Основоположником научной системы физического воспитания является:</p> <ul style="list-style-type: none"> • М.Я. Виленский; • В.И. Ильинич; • П.Ф. Лесгафт; • В.А. Коваленко. <p>Что не является мотивационно-ценностным компонентом физической культуры личности?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Знания; • мотивы; • выносливость; • интересы. <p>В норме у здорового человека в возрасте 18–40 лет в покое кровяное давление равно:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 110/60 мм рт. ст.; • 140/80 мм рт. ст.; • 120/70 мм рт. ст.; • 130/60 мм рт. ст.. <p>Чем не характеризуется утомление?</p> <ul style="list-style-type: none"> • уменьшением силы; • ухудшением координации движения; • ухудшением памяти; <p>физической активностью.</p>
2	Защита реферата	<p>Тематика рефератов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Средства физической культуры в профилактике и лечении заболеваний позвоночника. 2. Травмы (переломы, ранения туловища, верхних и нижних конечностей). 3. Средства физической культуры в профилактике функций органов зрени 4. Морфофункциональное состояние нервной и опорно-двигательной систем при регулярных занятиях физическими упражнениями. 5. Характеристика зон интенсивности физических нагрузок. Энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности. 6. Средства физической культуры в профилактике и лечении заболеваний внутренних органов. 7. Методы оценки и коррекции осанки и телосложения 8. Физическая активность и индивидуальные нормы физической активности. 9. Зоны и интенсивность физических нагрузок. 10. Пульсовые режимы рациональной тренировочной нагрузки для лиц студенческого возраста ЧСС, ПАНО (порог анаэробного обмена) 11. Психологическая подготовка в избранном виде спорта. 12. Физическая подготовка в избранном виде спорта.

	Оценочные мероприятия	Примеры типовых контрольных заданий
		13. Методика развития двигательных способностей у юных спортсменов. 14. Методика развития двигательных способностей у квалифицированных спортсменов. 15. Планирование и учет в тренировке юных спортсменов в избранном виде спорта. 16. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.

5 Методические указания по процедуре оценивания

	Оценочные мероприятия	Процедура проведения оценочного мероприятия и необходимые методические указания															
1	Тестирование	<p>Тестирование проводится письменно в конце семестра. Тест состоит из 20 вопросов.</p> <p>Критерии оценивания: Правильный ответ – 1 балл; Неправильный ответ – 0 баллов. Максимальный балл за тестирование в течение семестра – 20 баллов, минимальный балл – 11 баллов.</p>															
2	Защита реферата	<p>Защита реферата проводится согласно календарному рейтинг-плану дисциплины. На защите студент в течение 5 минут устно докладывает тему реферата, цели выполненного исследования по заданной теме реферата; описание основной части (краткая характеристика области изучения или исследования), обсуждение результатов выполнения реферата в виде кратких, но принципиально необходимых доказательств, обоснований, разъяснений, анализов, оценок, обобщений и выводов; приложения (при необходимости). Затем студент отвечает на вопросы преподавателя. Реферат по предложенным тематикам сдается в конце семестра.</p> <p>Распределение баллов за оценочное мероприятие текущего контроля (Защита реферата) устанавливается календарным рейтинг-планом дисциплины в соответствии со шкалой оценивания п. 3.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>% выполнения задания</th> <th>Балл</th> <th>Определение оценки</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>90%÷100%</td> <td>72 – 80</td> <td>Отличное понимание предмета, всесторонние знания, отличные умения и владение опытом практической деятельности, необходимые результаты обучения РД1, РД2, РД3 сформированы, их качество оценено количеством баллов, близким к максимальному</td> </tr> <tr> <td>70% - 89%</td> <td>56 – 71</td> <td>Достаточно полное понимание предмета, хорошие знания, умения и опыт практической деятельности, необходимые результаты обучения РД1, РД2, РД3 сформированы, качество ни одного из них не оценено минимальным количеством баллов</td> </tr> <tr> <td>55% - 69%</td> <td>44 – 55</td> <td>Приемлемое понимание предмета, удовлетворительные знания, умения и опыт практической деятельности, необходимые результаты обучения РД1, РД2, РД3 сформированы, качество некоторых из них оценено минимальным количеством баллов</td> </tr> <tr> <td>0% - 54%</td> <td>0 – 43</td> <td>Результаты обучения РД1, РД2 не соответствуют минимально достаточным требованиям</td> </tr> </tbody> </table> <p>Максимальный балл за защиту реферата в течение семестра – 80 балла, минимальный балл – 44 балла.</p>	% выполнения задания	Балл	Определение оценки	90%÷100%	72 – 80	Отличное понимание предмета, всесторонние знания, отличные умения и владение опытом практической деятельности, необходимые результаты обучения РД1, РД2, РД3 сформированы, их качество оценено количеством баллов, близким к максимальному	70% - 89%	56 – 71	Достаточно полное понимание предмета, хорошие знания, умения и опыт практической деятельности, необходимые результаты обучения РД1, РД2, РД3 сформированы, качество ни одного из них не оценено минимальным количеством баллов	55% - 69%	44 – 55	Приемлемое понимание предмета, удовлетворительные знания, умения и опыт практической деятельности, необходимые результаты обучения РД1, РД2, РД3 сформированы, качество некоторых из них оценено минимальным количеством баллов	0% - 54%	0 – 43	Результаты обучения РД1, РД2 не соответствуют минимально достаточным требованиям
% выполнения задания	Балл	Определение оценки															
90%÷100%	72 – 80	Отличное понимание предмета, всесторонние знания, отличные умения и владение опытом практической деятельности, необходимые результаты обучения РД1, РД2, РД3 сформированы, их качество оценено количеством баллов, близким к максимальному															
70% - 89%	56 – 71	Достаточно полное понимание предмета, хорошие знания, умения и опыт практической деятельности, необходимые результаты обучения РД1, РД2, РД3 сформированы, качество ни одного из них не оценено минимальным количеством баллов															
55% - 69%	44 – 55	Приемлемое понимание предмета, удовлетворительные знания, умения и опыт практической деятельности, необходимые результаты обучения РД1, РД2, РД3 сформированы, качество некоторых из них оценено минимальным количеством баллов															
0% - 54%	0 – 43	Результаты обучения РД1, РД2 не соответствуют минимально достаточным требованиям															