

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**«Кузбасский государственный технический университет имени Т. Ф. Горбачева»**

Институт химических и нефтегазовых технологий

УТВЕРЖДАЮ

Директор ИХНТ

\_\_\_\_\_ Т.Г. Черкасова

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Фонд оценочных средств дисциплины**

**Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)**

Направление подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность  
Направленность (профиль) Инженерная защита окружающей среды

Присваиваемая квалификация  
"Бакалавр"

Формы обучения  
очная

### 1 Паспорт фонда оценочных средств

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Содержание (темы) раздела	Код компетенции	Знания, умения, навыки, необходимые для формирования соответствующей компетенции	Форма контроля
----------	--	---------------------------	--------------------	--	-------------------

1	Модуль №1. Техника безопасности на занятиях.	Ознакомление техникой безопасности до приступления к занятиям по элективным курсам по физической культуре.	ОК-1	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- культурное, историческое наследие в области физической культуры;</li> <li>- традиции в области физической культуры человека;</li> <li>- сущность физической культуры в различных сферах жизни;</li> <li>- ценностные ориентации в области физической культуры.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать, систематизировать различные социокультурные виды физической культуры и спорта;</li> <li>- реализовывать духовные, физические качества в различных сферах жизнедеятельности человека;</li> <li>- реализовывать потенциальные возможности в умениях, навыках физических способностях.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- духовными, культурными и материальными ценностями физической культуры;</li> <li>- различными формами двигательной деятельности, удовлетворяющими потребности человека в рациональном использовании свободного времени;</li> <li>- коммуникативными функциями для поддержания диалога с представителями других культурных государств.</li> </ul>	Контрольные упражнения
2	Модуль №2. Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения. Прикладные общеразвивающие упражнения (с гимнастическим мячом, скакалкой, гимнастической палкой). Освоение и совершенствование элементов техники общеразвивающих упражнений со скакалкой. Упражнения на общефизическую, силовую подготовленность, общую выносливость.			
3	Модуль №3. Специальная физическая подготовка.	Освоение специальных упражнений в видах спорта: мини-футбол, науэрлифтинг, настольный теннис, баскетбол, волейбол, бадминтон, шахматы, лыжные гонки, легкая атлетика.			
4	Модуль №4. Техническая подготовка.	Освоение правильной техники выполнения упражнений в видах спорта: мини-футбол, науэрлифтинг, настольный теннис, баскетбол, волейбол, бадминтон, шахматы, лыжные гонки, легкая атлетика. Применение этой техники на практических занятиях.			
5	Модуль №5. Тактическая подготовка.	Тактическое понимание игры в различных видах спорта. Объяснение некоторых нюансов в видах спорта: мини-футбол, науэрлифтинг, настольный теннис, баскетбол, волейбол, бадминтон, шахматы, лыжные гонки, легкая атлетика для достижения желаемого результата.			
6	Модуль №6. Интегральная подготовка.	Освоение определенных технико-тактических действий во время игры, а также овладения различными общеразвивающими и специальными упражнениями в видах спорта: мини-футбол, науэрлифтинг, настольный теннис, баскетбол, волейбол, бадминтон, шахматы, лыжные гонки, легкая атлетика.			

## 2. Типовые контрольные задания или иные материалы

### 2.1.Оценочные средства при текущем контроле

При изучении дисциплины «Элективные курсы по физической культуре» (секции) для текущего контроля студенту необходимо выполнить контрольные упражнения согласно разделам дисциплины, изученным в данном семестре:

Например,

В I семестре при изучении разделов:

«Общефизическая подготовка» - прыжки через скакалку (кол-во прыжков за 1 минуту), сгибание рук из положения «вис на перекладине» (кол-во раз), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, кол-во раз.

«Лыжная подготовка» - лыжные гонки, 3 км – девушки и 5 км юноши.

Пример оценивания выполнения контрольного упражнения:

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, кол-во раз

Критерии оценивания:

100 - выполнение контрольного упражнения выше результата, оцениваемого как «выше, чем отлично» (более 50-ти раз для юношей и более 14-ти раз для девушек).

80-99 - выполнение контрольного упражнения выше результата, оцениваемого как «отлично» (не менее 50-ти раз для юношей и не менее 14-ти раз для девушек).

60-79 - выполнение контрольного упражнения выше результата, оцениваемого как «хорошо» (не менее 40-ка раз для юношей и не менее 12-ти раз для девушек).

40-59 - выполнение контрольного упражнения выше результата, оцениваемого как «удовлетворительно» (не менее 30-ти раз для юношей и не менее 10-ти раз для девушек).

20-39 - выполнение контрольного упражнения выше результата, оцениваемого как «неудовлетворительно» (не менее 25-ти раз для юношей и не менее 8-ми раз для девушек).

0-19 - выполнение контрольного упражнения выше результата, оцениваемого как «плохо» (не менее 20-ти раз для юношей и не менее 6-ти раз для девушек).

Количество баллов	0-19	20-39	40-59	60-79	80-99	100
Шкала оценивания	"не зачтено"		"зачтено"			

### 2.2 Оценочные средства при промежуточной аттестации

Формой промежуточной аттестации является зачет, в процессе которого определяется сформированность обозначенных в рабочей программе компетенций. Инструментом измерения сформированности компетенций являются контрольные упражнения промежуточной аттестации, показывающие физическую подготовленность студентов. При изучении дисциплины «Элективные курсы по физической культуре» (секции) для промежуточной аттестации используются следующие контрольные упражнения, показывающие физическую подготовленность студентов:

1. Прыжки через скакалку
2. Лыжные гонки 3 км
3. Лыжные гонки 5 км
4. Приседания на одной ноге (с опорой)
5. Сгибание рук из положения «вис на перекладине»
6. Отжимание от пола
7. Челночный бег

8. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу прыжки через скакалку (кол-во прыжков за 1 минуту), сгибание рук из положения «вис на перекладине» (кол-во раз), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз).

«Лыжная подготовка» - лыжные гонки, 3 км – девушки и 5 км юноши.

Критерии оценивания:

100 - выполнение всех контрольных упражнений для девушек и юношей выполнено с оценкой «зачтено»

40-99 - выполнение 3-х и более контрольных упражнений для девушек и юношей выполнено с оценкой «зачтено»

0-39 - выполнение менее 3-х контрольных упражнений для девушек и юношей выполнено с оценкой «не зачтено»

Количество баллов	0-39	40-100
Шкала оценивания	"не зачтено"	"зачтено"

### **2.3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций**

При проведении текущего контроля студенты приходят на занятие в спортивной одежде и спортивной (сменной) обуви, выполняют разминку, общеразвивающие и подготовительные упражнения под руководством преподавателя. После проведения разминки студенты сдают контрольные упражнения текущего контроля. Преподаватель анализирует технику выполнения контрольного упражнения, его результативность и сообщает студенту итоговый результат. До промежуточной аттестации допускается студент, который выполнил все требования текущего контроля.