15.03.04.01.Б1.Б-2020-РП

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кузбасский государственный технический университет имени Т. Ф. Горбачева»

ПОДПИСАНО ЭП КУЗГТУ

Директор

Дата: 25.11.2022 12:11:00

..

Фонд оценочных средств дисциплины

Физическая культура и спорт

Направление подготовки 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств
Направленность (профиль) Компьютерно-интегрированные производственные системы

Присваиваемая квалификация
"Бакалавр"

Формы обучения
очная

5.1. Паспорт фонда оценочных средств

№	Наименование разделов дисциплины	Код компетенции	Знания, умения и навыки, необходимые для достижения компетенций	Форма текущего контроля
1	Теория и методика физического воспитания	ОК-7	Знать: основы здорового образа жизни, способы сохранения и укрепления здоровья, методы и средства физического воспитания. Уметь: интегрировать полученные знания в формирование профессионально значимых умений и навыков. Владеть: методами и способами организации здорового образа жизни, способами сохранения и укрепления здоровья, методами и средствами физического воспитания, принципами построения физкультурно-оздоровительных занятий.	Опрос по контрольным вопросам, тестирование.
2	Медико-биологические основы занятий физической культурой и спортом	ОК-7	Знать: значение физической культуры в формировании общей культуры личности, приобщении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, профилактике вредных привычек. Уметь: использовать средства физической культуры для развития двигательных умений и навыков; подбирать системы упражнений для воздействия на функциональные системы. Владеть: методикой самоконтроля за состоянием своего организма во время самостоятельных занятий физической культурой; методами самостоятельного выбора физических упражнений для укрепления здоровья	Опрос по контрольным вопросам, тестирование.

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

5.2.1.Оценочные средства при текущем контроле

Текущий контроль по дисциплине будет заключаться в опросе обучающихся по контрольным вопросам и компьютерном тестировании в системе Moodle по пройденным разделам дисциплины.

Опрос по контрольным вопросам:

При проведении текущего контроля обучающимся будет письменно, либо устно задано два вопроса, на которые они должны дать ответы.

Например:

1 . Общественные и специфические функции и формы физической культуры?

2 . Методические основы процесса проведения самостоятельных занятий физической культурой и спортом?

Критерии оценивания:

- 85...100 баллов - при правильном и полном ответе на два вопроса;
- 75...84 баллов - при правильном и полном ответе на один из вопросов и правильном, но не полном ответе на другой из вопросов;
- 65...74 балла - при правильном и неполном ответе на два вопроса или правильном и полном ответе только на один из вопросов;
- 0...64 балла - при отсутствии правильных ответов на вопросы.

Количество баллов	0 - 64	65-76	75-84	85-100
Шкала оценивания	не зачтено	зачтено		

Примерный перечень контрольных вопросов:

Раздел 1. Теория и методика физического воспитания

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов?
2. Основные понятия и определения, объект и предмет ТФК.
3. Общественные и специфические функции и формы физической культуры.
4. Теоретико-практические основы совершенствования физических качеств.
5. Методики повышения уровня физического подготовленности.
6. Принципы определения развития двигательных качеств.
7. Профессионально-прикладная физическая культура.
8. Общая характеристика, назначение и задачи профессионально-прикладной подготовки.
9. Методика формирование профессионально важных психофизических качеств будущих специалистов.
10. Методические основы процесса проведения самостоятельных занятий физической культурой и спортом.
11. Формы построения занятий, принципы организации занятий и регулирования нагрузки.
12. Правила использования различных видов двигательной деятельности для повышений уровня здоровья и физической подготовленности.

Раздел 2. Медико-биологические основы занятий физической культурой и спортом

1. Физиологические механизмы деятельности всех систем организма человека в процессе занятий физической культурой и спортом.
2. Основы адаптации, утомления и восстановления двигательной деятельности.
3. Характеристика понятия здоровья.
4. Основные факторы, влияющие на уровень здоровья.
5. Здоровье и здоровый образ жизни
6. Принципы организации рационального питания как составной части здорового образа жизни.
7. Особенности процесса питания для повышения эффективности двигательной и спортивной деятельности.
8. Использование средств и методов физической культуры для повышения уровня здоровья.
9. Организация процесса физического воспитания для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
10. Педагогические наблюдения и самоконтроль влияния занятий ФКиС на организм занимающихся.

Тестирование:
Текущий контроль по разделам дисциплины с помощью тестирования в системе Moodle. Тест состоит из 10 заданий и представляет выбор одного варианта перечня ответов.
Образцы тестовых заданий по разделам дисциплины:
1. Средства формирования физической культуры личности.
Основным специфическим средством формирования физической культуры личности является:
1. физические упражнения;
2. оздоровительные силы природы;
3. гигиенические факторы;
4. тренажеры и тренажерные устройства, гири, гантели, штанга, резиновые амортизаторы, эспандеры.
Критерии оценивания:
- 85…100 баллов – при правильном и полном ответе 9-10 тестовых вопроса;
- 75…84 баллов – при правильном и полном ответе на 7-8 тестовых вопросов;
- 65…74 баллов – при правильном и полном ответе на 5-6 тестовых вопроса;
- 0…64 баллов – при правильном и полном ответе на 5-6 тестовых вопроса.

Количество баллов	0 - 64	65-76	75-84	85-100
Шкала оценивания	не зачтено	зачтено		

5.2.2 Оценочные средства при промежуточной аттестации

Формой промежуточной аттестации является зачет, в процессе которых определяется сформированность обозначенных в рабочей программе компетенций.

Инструментом измерения сформированности компетенций являются:
- самостоятельно пройденное компьютерное тестирование по разделам дисциплины в системе Moodle ;
- ответы обучающихся на вопросы во время опроса.
При проведении промежуточного контроля обучающийся отвечает на 2 вопроса выбранных случайным образом. Опрос может проводиться в письменной и (или) устной, и (или) электронной форме в системе Moodle.
Критерии оценивания при ответе на вопросы:
- 85…100 баллов - при правильном и полном ответе на два вопроса;

- 75...84 баллов - при правильном и полном ответе на один из вопросов и правильном, но не полном ответе на другой из вопросов;
- 65...74 балла - при правильном и неполном ответе на два вопроса или правильном и полном ответе только на один из вопросов;
- 0...64 балла - при отсутствии правильных ответов на вопросы.

Количество баллов	0 - 64	65-76	75-84	85-100
Шкала оценивания	не зачтено	зачтено		

Примерный перечень вопросов к зачету:

1. Физическая культура - часть общей культуры.
2. Сущность понятия «Физическая культура».
3. Место и роль физической культуры в современном обществе.
4. Физическая культура и здоровый образ жизни.
5. Определение понятия функции физической культуры.
6. Общекультурные функции физической культуры.
7. Общевоспитательные функции физической культуры.
8. Положение физической культуры на современном этапе развития общества.
9. Структура процесса обучения двигательным действиям.
10. Принципы обучения в физическом воспитании.
11. Двигательные умения и навыки.
12. Формы организации физического воспитания в вузе.
13. Принципы и методы дифференцированного подхода в процессе обучения двигательным действиям.
14. Врачебно-педагогический контроль на учебных занятиях по физическому воспитанию.
15. Воспитание у студентов привычки систематически заниматься упражнениями.
16. Роль самостоятельных занятий в решении задач физического воспитания студентов.
17. Виды самостоятельных занятий физической культурой студентов.
18. Подбор физических упражнений для самостоятельных занятий.
19. Содействие занятий физическими упражнениями повышению умственной работоспособности.
20. Роль профессиональной физической подготовки.
21. Понятие «Соревновательный метод» и «Игровой метод».
22. Систематические занятия физическими упражнениями как компонент здорового образа жизни.
23. Причины травматизма при занятиях физическими упражнениями и спортом.
24. Техника безопасности при занятиях физической культурой.
25. Возрастные особенности развития силы, быстроты, выносливости, скоростно – силовых качеств. Сенситивные периоды развития.
26. Методы развития физических качеств.
27. Содержание активного отдыха с использованием двигательной деятельности.
28. Характеристика двигательных (физических) качеств.
29. Способы измерения двигательных (физических) качеств.
30. Влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую систему.
31. Физические упражнения и система дыхания.
32. Воздействие физических упражнений на опорно-двигательный аппарат.
33. Влияние физических упражнений на системы организма.
34. Понятие «Здоровье», его содержание и критерии.
35. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие здорового образа жизни.
36. Объективные и субъективные признаки усталости, утомления, переутомления.
37. Характеристика самоконтроля при занятиях физическими упражнениями и спортом.
38. Содержание самоконтроля, его цель и задачи.
39. Общая характеристика оздоровительной физической культуры (оздоровительная направленность, как важнейший принцип системы физического воспитания).
40. Содержательные основы оздоровительной физической культуры.
41. Основы построения оздоровительной тренировки.
42. Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем.
43. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями.
44. Определение понятия профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП), её цели, задачи, средства.
45. Место ППФП в системе физического воспитания студентов.

5.2.3. Методические материалы, характеризующие этапы формирования компетенций

Необходимо проработать материал рактических занятий и, в случае необходимости, рассмотреть отдельные вопросы по предложенным источникам литературы. Все неясные вопросы по дисциплине обучающийся может разрешить на консультациях, проводимых по расписанию.
При проведении текущего контроля в форме опроса, обучающиеся убирают все личные вещи с учебной мебели, достают листок чистой бумаги и ручку. На листке бумаги записываются Фамилия, Имя, Отчество, номер группы и дата проведения опроса. Далее преподаватель задает два вопроса, которые могут быть, как записаны на листке бумаги, так и нет. В течение пяти минут обучающиеся должны дать ответы на заданные вопросы, при этом использовать любую печатную и рукописную продукцию, а также любые технические средства не допускается. По истечении указанного времени листы с ответами сдаются преподавателю на проверку. Результаты оценивания ответов на вопросы доводятся до сведения обучающихся не позднее трех учебных дней после даты проведения опроса.
При проведении текущего контроля в форме тестирования, может проводиться с помощью ФОС как в системе Moodle, так и в бумажной форме на распечатанных листах. В течение 30 минут обучающиеся должны дать ответы на 10 тестовых вопроса, при этом использовать любую печатную и рукописную продукцию, а также любые технические средства не допускается. Если обучающийся воспользовался любой печатной или рукописной продукцией, а также любыми техническими средствами, то его ответы на вопросы не принимаются и ему выставляется 0 баллов.
Перед промежуточной аттестацией обучающийся должен сопоставить приобретенные знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности с заявленными и, в случае необходимости, еще раз изучить литературные источники и (или) обратиться к преподавателю за консультациями. При проведении промежуточной аттестации обучающиеся сдают зачет, до которого допускаются, если выполнены все требования текущего контроля. Процедура проведения промежуточной аттестации аналогична проведению текущего контроля.