

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**Невинномысский технологический институт (филиал)**

**УТВЕРЖДАЮ:**  
И.о. зав. кафедрой Г и МД  
\_\_\_\_\_ А. В Пашковский \_  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
для проведения текущей и промежуточной аттестации

**(ЭЛЕКТРОННЫЙ ДОКУМЕНТ)**

По дисциплине	Элективные курсы по физической культуре и спорту
Направление подготовки	15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств
Профиль	Информационно-управляющие системы
Квалификация выпускника	бакалавр
Форма обучения	Очная/заочная
Учебный план	2019

	Астр.	часов	з.е
Объем занятий: Итого	246.00/246.00		2.00
В том числе аудиторных	204.00/4.5		
Из них:			
Лекция	-/-		
Практическое занятие	204/4.5		
Самостоятельная работа	42.00/232.5		
Зачет	2,4,6 семестры		

Дата разработки: « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

## Предисловие

1. Назначение. Фонд оценочных средств предназначен для объективной оценки уровня сформированности компетенций в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту».

2. Фонд оценочных средств текущей и промежуточной аттестации на основе рабочей программы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» в соответствии с образовательной программой по направлению подготовки 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств, утвержденной на заседании Учёного совета СКФУ протокол №\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

3. Разработчик: Турбина Елена Юрьевна, преподаватель кафедры Гуманитарных и математических дисциплин

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры Гуманитарных и математических дисциплин

4. Протокол №\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

5. Проведена экспертиза ФОС. Члены экспертной группы, проводившие внутреннюю экспертизу:

Председатель:

Пашковский. А. В,  
И.о. зав. кафедрой Г и МД

Экспертное заключение: рекомендовать к использованию в учебном процессе.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

\_\_\_\_\_ (подпись)

6. Срок действия ФОС 201\_\_ - 201\_\_ учебный год.

Паспорт фонда оценочных средств  
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации

По дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»  
 Направлениеподготовки 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств  
 Профиль Информационно-управляющие системы  
 Квалификация выпускника: бакалавр  
 Форма обучения: Очная/заочная  
 Учебный план: 2019

Код оцениваемой компетенции	Модуль, раздел, тема (в соответствии с Программой)	Тип контроля	Вид контроля, аттестация	Компонент фонда оценочных средств	Количество заданий для каждого уровня	
					Базовый	Повышен
ОК-8	Тема 1 Физическая культура и спорт. Основы. Упражнения на скорость	Блиц-опрос	Текущий	Собеседование	3	5
		Контрольные нормативы	Текущий	Контрольные нормативы	3	5
ОК-8	Тема 2 Физическая культура и спорт. Полезное влияния на организм человека. Упражнения на выносливость различными методами.	Блиц-опрос	Текущий	Собеседование	3	5
		Контрольные нормативы	Текущий	Контрольные нормативы	3	5
ОК-8	Тема 3 Понятие «Здоровье», его содержание и критерии. Упражнения на развитие игровой ловкости, совершенствование передач в баскетболе.	Блиц-опрос	Текущий	Собеседование	3	5
		Контрольные нормативы	Текущий	Контрольные нормативы	3	5
ОК-8	Тема 4 Физическая культура и спорт в жизни студентов. Баскетбол. Теория и практика.	Блиц-опрос	Текущий	Собеседование	3	5
		Контрольные нормативы	Текущий	Контрольные нормативы	3	5

Составитель \_\_\_\_\_ Турбина Е.Ю

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**Невинномысский технологический институт (филиал)**

УТВЕРЖДАЮ:  
И.о. зав. кафедрой Г и МД  
\_\_\_\_\_ А. В Пашковский \_  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

**Вопросы к зачету**

по дисциплине Элективные курсы по физической культуре и спорту

По дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» аттестация студентов осуществляется по семестрам, то есть в семестре студент сдает зачет. Промежуточная аттестация завершает освоение курса и проходит в виде зачета.

Сдача зачета студентом включает в себя три составляющие, а именно:

1. Блиц-опрос по знаниям теоретических основ физической культуры
2. Показатели высокого (положительного) уровня технической и физической подготовленности.
3. Учет посещаемости студентом занятий.

После проведения блиц-опроса по теоретической основе физической культуры проводится прием контрольных нормативов и выставления зачета со студентами.

Для студента основанием для получения зачета является среднеарифметические показатели по всем сданным видам контрольных нормативов (от трех баллов и выше).

Для оценивания принята пятибалльная система оценивания и избраны следующие их признаки.

- 5 баллов - за очень высокий уровень показателей
- 4 балла – за высокий уровень показателей
- 3 балла – за достаточный уровень показателей.
- 2 балла – за низкий уровень показателей
- 1 балл – за очень низкий уровень показателей.

Тем студентам, которые по анатомо-физиологическим показателям при сдаче нормативов не могут набрать более 3 баллов, выставляется зачет при условии набора баллов выше показателей предыдущего семестра, при условии положительной оценки посещаемости.

**Критерии оценивания знаний теоретических основ физической культуры**

Студенты после прохождения каждой темы раздела проходят блиц-опрос по теоретическим основам физической культуры (знание нормативов и порядка их выполнения, меры безопасности в спорте, правила проведения соревнований и т.д.).

На блиц-опрос отводится до 3-х минут на каждого студента. После полученных ответов, преподаватель оценивает их правильность и допускает к сдаче контрольных нормативов. Если студент неправильно ответил на вопросы, то к следующему этапу зачета не допускается.

Базовый уровень

1. Какие методы физической культуры используются для обеспечения полноценной соци-

- альной и профессиональной деятельности
2. Физическая культура как учебная дисциплина высшего образования и целостного развития личности.
  3. Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении.
  4. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
  5. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.
  6. Средства физической культуры и спорта в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма в целях обеспечения умственной и физической деятельности.
  7. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.
  8. Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.
  9. Методические принципы физического воспитания.
  10. Методы физического воспитания.
  11. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.
  12. Определение понятия ППФП, ее цели, задачи, средства.
  13. Основы совершенствования физических качеств.
  14. Спортивная подготовка, ее цели и задачи.
  15. Специальная физическая подготовка.

#### Повышенный уровень

1. 1. Какие методы, средства и инструменты физической культуры используются для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
2. Формирование психических качеств в процессе физического воспитания.
3. Структура подготовленности спортсмена.
4. Контроль за эффективностью профессионально-прикладной физической подготовленности студентов.
5. Зачетные требования и нормативы по ППФП по годам обучения (семестрам) для студентов факультета.
6. Зоны и интенсивность физических нагрузок.
7. Значение мышечной релаксации.
8. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте.
9. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения физическим упражнениям.
10. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду.
11. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП.
12. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.
13. Адаптивная физическая культура.
14. Средства и методы профилактики профессиональных заболеваний.
15. Формы и содержание самостоятельных занятий физической культурой и спортом.

Составитель \_\_\_\_\_ Турбина Е.Ю.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**Невинномысский технологический институт (филиал)**

УТВЕРЖДАЮ:  
 И.о. зав. кафедрой Г и МД  
 \_\_\_\_\_ А. В Пашковский  
 «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

**Контрольные нормативы по разделам (темам) учебной дисциплины**

по дисциплине Элективные курсы по физической культуре и спорту

№	Абре- виа- тура Ком- пе- тен- ции	Поведен- ческий индикатор	Оценочные средства											
			1	2	3	юноши					девушки			
	<b>ОК-8</b>	<b>1 раздел:</b> Легкая ат- летика:	<b>А. Оценка технической подготовленности</b>											
					юноши					девушки				
			№	Содержание контрольных нормативов в баллах	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		Тема 1. Бег на корот- кие ди- станции	1	Техника бега	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		Тема 2. Бег на средние дистанции	2	Техника бега	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		Тема 3. Бег на длин- ные ди- станции	3	Техника бега	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		<b>2 раздел:</b> Волейбол.												
		Те- ма 1. 1. Пере- дачи мяча	1	Верхняя пере- дача мяча над собой, на 1-2 м. высотой.	25	15	12	10	8	14	12	10	8	6

			2	Нижняя передача мяча над собой, на 1-2 м высотой	25	15	12	10	8	14	12	10	8	6
			3	Верхняя передача мяча в парах.	25	15	12	10	8	14	12	10	8	6
			4	Нижняя передача мяча в парах.	25	15	12	10	8	14	12	10	8	6
		Тема 2. Поддачи мяча через сетку	5	Поддача мяча через сетку - из 12 подач-юн. Из 7 – дев.	10	8	6	4	2	5	4	3	2	1
		<b>3 раздел:</b> Баскетбол. Тема 1. Ведение мяча	1	Ведение мяча на время от исходной лицевой линии (баскетбольной площадки) до другой и обратно в секундах.	12	13	14	16	18	15	16	17	18	20
		Тема 2. Передачи и мяча	2	Передача мяча в парах на время за 10 сек. (расстояние др. от др. 3 м.). Количество передач.	30	28	26	24	22	20	18	16	14	12
		Тема 3. Броски мяча	3	Броски мяча в кольцо со штрафной линии (кол-во, раз) попадание из 10 бросков.	10	8	6	4	2	5	4	3	2	1
			4	Попадание мячом в кольцо из пяти бросков. с двух шагов, после ведения.	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
			<b>Б. Оценка физической подготовленности</b>											
				В баллах	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		Скоростные качества	1	1. Бег 3000 м. (мин.,сек.), юн.	12:00	12:35	13:00	13:50	14:30	15,7	16,4	17,1	17,9	18,7
		Качество выносливости	2	Бег 2000 м. (мин.,сек.), дев.	10:15	10:50	11:15	11:50	12:15	200	260	285	310	335
			3	2. Бег 100 м. (сек.), юн.	13,2	13,6	14,0	14,3	14,6					
			4	Бег 100 м.						15,7	16,4	17,1	17,9	18,7



			3х часов занятий в неделю)										
		2	Количество посещенных занятий (при 2х часовых занятий в неделю)										

### **Критерии оценивания уровню физической подготовленности**

Студент, после прохождения каждой темы и разделов сдает контрольные нормативы по всем предусмотренным учебным планом.

Перед принятием нормативов преподаватель обязан провести со студентами разминку хорошей моторной плотностью. Нормативы принимаются преподавателем, ведущим в данной группе занятия. Иногда нормативы могут приниматься «комиссией», то есть судейской бригадой из нескольких преподавателей, по «станциям» (по видам предусмотренных нормативов).

После сданных всех контрольных нормативов подсчитываются среднеарифметические показатели по количеству сданных нормативов. Если студент набрал более трех баллов, то считается, что он сдал зачет.

### **Критерии оценивания студентов по посещаемости занятий**

Студент обязан посещать все занятия по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» в течении всех лет обучения в вузе по предусмотренной программе.

Студент допускается к зачету с учетом посещения им плановых занятий. Студенту выставляется 5 баллов за 100% посещения занятий. 4 балла – 95%, 3 балла -90%, 2 балла-85%, и 1 балл – 80%.

Оценка «отлично» выставляется студенту, если он знает социально-биологические закономерности совершенствования систем организма средствами физической культуры, технологию построения здорового образа жизни, методы и способы физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности, аспекты повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленного формирования качеств и свойств личности; умеет совершенствоваться и корректировать индивидуальный уровень физического развития, функциональных и двигательных возможностей, оперировать жизненно необходимыми и профессиональными навыками, устойчивого мотивационно-ценностного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, самостоятельно использовать средства физической культуры и спорта в целях физического совершенствования, профессионально значимых психофизических качеств и свойств личности, умений и навыков для обеспечения активного отдыха, профилактики общих и профессиональных заболеваний, травматизма, вредных привычек; владеет методикой общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии, методами использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей, целенаправленно и творчески использовать средства физической культуры и спорта для приобретения личного опыта.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он знает научно - практические основы физической культуры, основные понятия и термины; ведущие научные идеи, основные закономерности, теории, принципы, положения, раскрывающие сущность явлений в физической культуре, объективные связи между ними, тематическую информацию и научные факты, объясняющие и формирующие убеждения, рекомендации по практическому использованию полученных знаний и приобретению необходимого опыта; умеет использовать теоретические знания и методические умения, в применении разнообразных средств физической культуры, спортивной и профессионально-прикладной физической

подготовки студентов, обеспечивать необходимую двигательную активность, поддерживать оптимальный уровень физической и функциональной подготовленности; владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развития и совершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности, способами самоопределение в физической культуре.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он знает научно - практические основы физической культуры, основные понятия и термины; ведущие научные идеи, основные закономерности, теории, принципы, положения, раскрывающие сущность явлений в физической культуре, объективные связи между ними, тематическую информацию и научные факты, объясняющие и формирующие убеждения, рекомендации по практическому использованию полученных знаний и приобретению необходимого опыта; умеет использовать теоретические знания и методические умения, в применении разнообразных средств физической культуры, спортивной и профессионально-прикладной физической подготовки студентов, обеспечивать необходимую двигательную активность, поддерживать оптимальный уровень физической и функциональной подготовленности.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он не освоил навыки изучаемой дисциплины

#### **Описание шкалы оценивания**

Максимально возможный балл за весь текущий контроль устанавливается равным 55. Текущее контрольное мероприятие считается сданным, если студент получил за него не менее 60% от установленного для этого контроля максимального балла. Рейтинговый балл, выставляемый студенту за текущее контрольное мероприятие, сданное студентом в установленные графиком контрольных мероприятий сроки, определяется следующим образом:

Уровень выполнения контрольного задания	Рейтинговый балл (в % от максимального балла за контрольное задание)
Отличный	<b>100</b>
Хороший	<b>80</b>
Удовлетворительный	<b>60</b>
Неудовлетворительный	<b>0</b>

Составитель \_\_\_\_\_ Турбина Е.Ю.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 201 г.