

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ефанов Алексей Валерьевич
Должность: Директор Невиномысского технологического института (филиал) СКФУ
Дата подписания: 19.06.2023 09:51:53
Уникальный программный ключ:
49214306dd433e7a1b0f8632f645f9d53c99e3d0

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ
Директор института (филиала)
Ефанов А.В.
«__» _____ 2023г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

Направление подготовки	15.03.02 Технологические машины и оборудование		
Направленность (профиль)	Цифровые технологии проектирования и управления технологическим оборудованием		
Год начала обучения	2023 г.		
Форма обучения	очная	заочная	очно-заочная
Реализуется в семестре	1- 6		1-6

Введение

1. Назначение: Фонд оценочных средств предназначен для обеспечения методической основы для организации и проведения текущего контроля по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту». Текущий контроль по данной дисциплине – вид систематической проверки знаний, умений, навыков студентов. Задачами текущего контроля являются получение первичной информации о ходе и качестве освоения компетенций, а также стимулирование регулярной целенаправленной работы студентов. Для формирования определенного уровня компетенций.

2. ФОС является приложением к программе дисциплины (модуля) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

3. Разработчик (и) Турбина Елена Юрьевна, старший преподаватель кафедры Гуманитарных и математических дисциплин

4. Проведена экспертиза ФОС.

Члены экспертной группы:

Председатель:

Павленко Е.Н.–зав. кафедрой ХТМиАХП

Члены экспертной группы:

Романенко Е.С. – доцент кафедры ХТМиАХП

Свидченко А.И. – доцент кафедры ХТМиАХП

Представитель организации-работодателя:

Новоселов А.М., начальник отдела технического развития АО «Невинномысский Азот»

Экспертное заключение: фонд оценочных средств соответствует образовательной программе по направлению подготовки 15.03.02 Технологические машины и оборудование (профиль) Цифровые технологии проектирования и управления технологическим оборудованием и рекомендуется для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов.

5. Срок действия ФОС определяется сроком реализации образовательной программы.

1. Описание критериев оценивания компетенции на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Компетенция (ии), индикатор (ы)	Уровни сформированности компетенци(ий),			
	Минимальный уровень не достигнут (Неудовлетворительно) 2 балла	Минимальный уровень (удовлетворительно) 3 балла	Средний уровень (хорошо) 4 балла	Высокий уровень (отлично) 5 баллов
<i>Компетенция:</i>				
Результаты обучения по дисциплине (модулю): <i>Индикатор:</i> ИД-1. УК-7. выбирает здоровьесберегающие технологии для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности с учетом физиологических особенностей организма и условий жизнедеятельности	не в полном объеме знает основы физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности организма	имеет общее представление о физических упражнениях с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности организма	знает основы физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности организма	В полной мере знает комплексы физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья
ИД-2 УК-7 планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности в профессиональной деятельности	не в полном объеме умеет формировать комплексы физических упражнений с учётом их воздействия на организм	умеет частично выполнять комплексы физических упражнений с учётом их воздействия на организм	умеет выполнять комплексы физических упражнений с учётом их воздействия на организм	В полной мере умеет формировать комплексы физических упражнений с учётом их воздействия на организм
ИД-3 УК-7 поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	не в полном объеме владеет методами формирования, и использования комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности организма	владеет частично методами формирования, и использования комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности организма	владеет методами формирования, и использования комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности организма	В полной мере владеет методами формирования, и использования комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные

				возможности организма
--	--	--	--	--------------------------

Оценивание уровня сформированности компетенции по дисциплине осуществляется на основе «Положения о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры - в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «северо-кавказский федеральный университет» в актуальной редакции.

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕРКИ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ

Легкая атлетика

№	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Юноши			Девушки		
		3	4	5	3	4	5
1	Бег на 100 м (с)	15.1	14.8	13.5	17.5	17.0	16.5
2	Бег на 1 км (мин, с)	4:00	3:40	3:20	5:10	4:45	4:20
3	Бег на 1 км (мин, с)	-	-	-			
4	Наклон из и.п. стоя	+9	+11	+ 13	+12	+14	+16
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	215	230	240	170	180	195
6	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	33	35	37	-	-	-
7	Метание спортивного снаряда весом 500 г (м)	-	-	-	13	16	19
8	Поднимание туловища из положения лёжа	40	50	60	35	40	50
9	Подтягивание на перекладине	120	11	12	-	-	-
	(из виса лежа- девушки)	-	-	-	14	16	18
10	Отжимание из упора лежа	35	40	45	14	16	18
Для студентов 3 курса							
11	Удержание виса на перекладине	51	54	57	25	28	30
12	Бег 400 м (сек)	64	62	60	74	72	70
13	Пряжки со скакалкой	55	65	75	70	75	80
14	Бег на 3 км (мин, с)	14.00	13.30	12.30	-	-	-
15	Бег на 2 км (мин, с)	-	-	-	11.35	11.15	10.30

Спортивные игры

Волейбол

№	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Юноши			Девушки		
		3	4	5	3	4	5
1	Бег 30 м (сек)	4,5	4,3	4,1	5.5	5.3	5.0
2	Бег 400 м (сек)	64	62	60	74	72	70
3	12-минутный бег (м)	3000	3100	3200	4000	4100	4200
4	Прыжок в длину с места (см)	240	250	255	180	190	2000
5	Челночный бег 3x10 м (с)	9.0	8.8	8.2	9.4	9.0	8.8
6	Техническая подготовка						
7	Прыжок вверх с места толчком двух ног (см)	60	70	80	50	60	70
8	Верхняя передача мяча над собой (число передач)	10	20	30	10	20	30
9	Подача мяча на точность (число попаданий)	2	3	5	2	3	5
10	Нападающий удар (число попаданий)	2	3	5	2	3	5

Для студентов 3 курса

11	Вторая передача на точность из зоны 3, 6 в зону 4	3	5	7	3	5	7
12	Приём подачи из зоны 5 в зону 2 на точность	3	5	7	3	5	7
13	Подача мяча на точность (число попаданий)	3	5	7	3	5	7

Футбол

№	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Юноши			Девушки		
		3	4	5	3	4	5
1	Бег 30 м (сек)	4,5	4,3	4,1	5.5	5.3	5.0
2	Бег 400 м (сек)	64	62	60	74	72	70
3	12-минутный бег (м)	3000	3100	3200	4000	4100	4200
4	Прыжок в длину с места (см)	240	250	255	180	190	2000
5	Бег 30 м с ведением мяча (сек)	4.8	4.6	4.5	4.5	4.8	5.0
6	Техническая подготовка						
7	Удар по мячу на дальность - сумма ударов правой и левой ногой	80	85	90	80	85	90
8	Удар по мячу ног. на точн. (число попаданий)	6	7	8	5	6	7

		Юноши			Девушки		
		3	4	5	3	4	5
1	Бег 30 м (сек)	4,5	4,3	4,1	5.5	5.3	5.0
2	Поднимание туловища из и.п.лежа	45	50	55	35	40	45
3	12-минутный бег (м)	3000	3100	3200	4000	4100	4200
4	Прыжок в длину с места (см)	240	250	255	180	190	2000
5	Прыжки со скакалкой	115	125	135	145	155	165
6	Отжимание от пола	45	50	55	20	25	35
7	Степ-тест уд/мин	117	90	79	127	98	85
8	Бег«Змейка	9.0	8.7	8.4	10.0	9.6	9.4
9	Челночный бег 5x10м (сек)	8.6	8.3	8.0	9.0	8.6	8.4
10	Тест-планка/сек.	60	80	90	60	80	90

Для студентов 3 курса

1	Тест на удержание баланса/сек	5	10	20	5	10	20
2	Тест на гибкость	+6	+9	+12	+12	+14	+16
3	Передачи мяча в стену за 30 сек. (количество передач)	22	20	19	20	19	18

Настольный теннис

№	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Юноши			Девушки		
		3	4	5	3	4	5
1	Бег 10 м (сек)	3.4	3.2	3.0	3.8	3.6	3.5
2	Поднимание туловища из и.п.лежа	45	50	55	35	40	45
3	12-минутный бег (м)	3000	3100	3200	4000	4100	4200
4	Прыжок в длину с места (см)	210	230	240	160	175	185
5	Прыжки со скакалкой	115	125	135	145	155	165
6	Метание мяча для н/тенниса (не менее 4 м)	4	5	6	3	4	5
7	Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 сек.	15	18	20	14	16	18
8	Сгибание и разгибание в упоре лежа	35	40	45	14	16	18
9	Челночный бег 5x10м (сек)	8.6	8.3	8.0	9.0	8.6	8.4
10	Тест-планка/сек.	60	80	90	60	80	90

Для студентов 3 курса

1	Попаданием в четко ограниченное пространство	5	8	10	5	8	10
2	Передачи мяча в стену за 30 сек. (количество передач)	22	20	19	20	19	18

3	Подача строго в коридор	5	8	10	5	8	10
---	-------------------------	---	---	----	---	---	----

Шахматы

№	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Юноши			Девушки		
		3	4	5	3	4	5
1	Бег 10 м (сек)	3.4	3.2	3.0	3.8	3.6	3.5
2	Поднимание туловища из и.п.лежа	45	50	55	35	40	45
3	12-минутный бег (м)	3000	3100	3200	4000	4100	4200
4	Прыжок в длину с места (см)	210	230	240	160	175	185
5	Прыжки со скакалкой	115	125	135	145	155	165
6	Метание мяча на дальность Н/б	4	5	6	3	4	5
7	Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 сек.	15	18	20	14	16	18
8	Сгибание и разгибание в упоре лежа	35	40	45	14	16	18
9	Челночный бег 5x10м (сек)	8.6	8.3	8.0	9.0	8.6	8.4
10	Тест-планка/сек.	60	80	90	60	80	90
Для студентов 3 курса							
11	Дидактическая игра «Кратчайший путь»	5	8	10	5	8	10
12	Дидактическая игра «Защита от мата»	Найти одно решение	Найти два решения	Найти несколько решений	Найти одно решение	Найти два решения	Найти несколько решений
13	Одновременная игра	2	3	5	2	3	5

2. Описание шкалы оценивания

Рейтинговая система оценки не предусмотрено для студентов, обучающихся на образовательных программах уровня высшего образования магистратуры, для обучающихся на образовательных программах уровня высшего образования бакалавриата заочной и очно-заочной формы обучения.

3. Критерии оценивания компетенций

Оценка «зачтено» выставляется студенту, если он демонстрирует уверенные знания в выборе основ физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности организма;

- умеет формировать комплексы физических упражнений с учётом их воздействия на организм;

- уверенно владеет методами использования основ физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом особенностей профессиональной деятельности;

- показывает высокий уровень физической подготовленности по видам спорта.

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, если он демонстрирует слабые знания в выборе основ физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности организма;

- не способен формировать комплексы физических упражнений с учётом их воздействия на организм;

- слабо владеет методами использования основ физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом особенностей профессиональной деятельности;

- показывает низкий уровень физической подготовленности по видам спорта.