

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет Кафедра физвоспитания
Кафедра Физической культуры и здоровьесберегающих технологий

Оценочные материалы по дисциплине (модулю)

дисциплина Физическая культура и спорт

Блок Б1, обязательная часть, Б1.О.08

цикл дисциплины и его часть (обязательная часть или часть, формируемая участниками образовательных отношений)

Направление

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)

код наименование направления

Программа

Физическая реабилитация

Форма обучения

Заочная

Для поступивших на обучение в
2020 г.

Разработчик (составитель)

канд.пед.наук, доцент

Кашафутдинов М. С.

ученая степень, должность, ФИО

1. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и описание показателей и критериев оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)	3
2. Оценочные средства, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)	8
3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания	11

1. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и описание показателей и критериев оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)	Показатели и критерии оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)				Вид оценочного средства
			1	2	3	4	
			неуд.	удовл.	хорошо	отлично	
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.3. Выбирает необходимые средства и методы организации здорового образа жизни.	Обучающийся должен: Знать: ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества	Не владеет методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой	Не достаточно владеет методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой	В полной мере владеет методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой	В совершенстве владеет методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой	Тестовый контроль
	УК-7.2. Планирует и организует учебно-тренировочные занятия с	Обучающийся должен: Уметь: планировать и организовывать учебно-тренировочные	Не умеет планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять	Не достаточно умеет; планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия,	В полной мере умеет планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия,	В совершенстве умеет; планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия,	реферат

	целью сохранения и укрепления здоровья.	занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности и для сохранения и укрепления здоровья	различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности и для сохранения и укрепления здоровья	применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности и для сохранения и укрепления здоровья	применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности и для сохранения и укрепления здоровья	применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности и для сохранения и укрепления здоровья	
	УК-7.1. Раскрывает ценности, функции и роль физической культуры как социального явления и части культуры общества и личности.	Обучающийся должен: Владеть: методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой	Не знает ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества	Частично знает ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества	В полной мере знает ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества	В совершенстве знает ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества	Устный опрос
ОПК-1. Способен проводить	ОПК-1.1. Использует средства,	Обучающийся должен: Знать:	Не знает - историю и современное	Частично знает - историю и	В полной мере знает	В совершенстве знает	Устный опрос

занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	- историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;	состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;	современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;	. - историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;	- историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;	
	ОПК-1.2. Применяет методы организации учебной деятельности на занятиях по избранному виду спорта с учетом материально-технических	Обучающийся должен: Уметь: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и	Не умеет - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и играм, лыжному	Не достаточно умеет; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным	В полной мере умеет - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным	В совершенстве умеет; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным	реферат

<p>возможности учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; осуществляет подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;</p>	<p>спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</p>	<p>спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</p>	<p>играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</p>	<p>играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</p>	<p>играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</p>	
<p>ОПК-1.3. Проводит занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и</p>	<p>Обучающийся должен: Владеть: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального</p>	<p>Не владеет - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального о состоянии и возраста</p>	<p>Не достаточно владеет - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального о состоянии и</p>	<p>В полной мере владеет - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального о состоянии и</p>	<p>В совершенстве владеет - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального о состоянии и</p>	<p>Тестовый контроль</p>

	<p>приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательном у и когнитивном у обучению и физической подготовке</p>	<p>о состояния и возраста контингента занимающихся;</p>	<p>контингента занимающихся;</p>	<p>возраста контингента занимающихся;</p>	<p>возраста контингента занимающихся;</p>	<p>возраста контингента занимающихся;</p>	
--	--	---	----------------------------------	---	---	---	--

2. Оценочные средства, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)

Перечень вопросов к устному опросу для оценки уровня сформированности компетенции ОПК 1, УК 7

1 Вариант

1. Физическая культура и спорт в России.
2. Влияние физических упражнений на организм человека
3. Краткие сведения о строении и функциях организма человека.
4. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития двигательных качеств и достижение высоких спортивных результатов.
5. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие развития двигательных качеств.

2 Вариант

1. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие достижения высоких спортивных результатов.
2. Закаливание организма.
3. Средства ФК и С.
4. Методы ФК и С.
5. Гигиена физкультурника.

тематики рефератов для оценки уровня сформированности компетенции

ОПК 1, УК 7

1. Методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
2. Средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
3. Планирование деятельности физкультурно-спортивных организаций.
4. Методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций.
5. Учет и отчетность деятельности физкультурно-спортивных организаций.
6. Методика осуществления самоконтроля.
7. Методика оценки процесса индивидуальной спортивной деятельности.
8. Методика оценки результатов индивидуальной спортивной деятельности.
9. Методика сохранения и поддержания спортивной формы
10. Основные положения теории оздоровительной тренировки.
11. Основы врачебно-педагогического контроля и самоконтроля физического состояния занимающихся.
12. Этапы обучения.

13. Методы обучения.
14. Общая характеристика методов (технология) управления группой.
15. Санитарно-гигиенические требования и меры предупреждения травматизма на занятиях.
Перечень травмоопасных упражнений.
13. Общая и специальная подготовка в спорте.

тестовые задания для оценки уровня сформированности компетенции

ОПК 1, УК 7

1. Физическая культура – это
 - а) отдельные стороны двигательных способностей человека
 - б) восстановление здоровья средствами физической реабилитации
 - в) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств
 - г) педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств
2. В физической культуре выделяют следующие формы
 - а) физическая реабилитация
 - б) высшие достижения в области спорта
 - в) реадаптация
 - г) акселерация
3. К формам физической культуры относят
 - а) физическую подготовленность
 - б) профессионально-прикладную физическую подготовку
 - в) мобилизацию
 - г) рекреацию
4. Спорт – это
 - а) педагогический процесс, направленный на всестороннее гармоничное развитие личности
 - б) составная часть физической культуры исторически сложившейся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям
 - в) один из обязательных компонентов здорового образа жизни
 - г) специализированный вид физического воспитания, который осуществляется в соответствии с требованиями и особенностями определенной профессии

5. Физическое воспитание включает в себя
- а) подготовку спортсменов к высшим достижениям
 - б) процесс формирования двигательных умений и навыков
 - в) воспитание физических качеств
 - г) процесс передачи специальных физкультурных знаний
6. Физическое воспитание направлено на
- а) укрепление здоровья
 - б) формирование социально активного человека
 - в) дисадаптацию организма
 - г) повышение работоспособности
7. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является
- а) развитие интеллекта
 - б) соревновательная деятельность
 - в) развитие морфологических характеристик
 - г) функциональные нагрузки
8. Двигательная активность человека заключается в
- а) использовании профессионально-прикладных физических упражнений
 - б) увеличении мышечных волокон
 - в) применении тренажерных устройств
 - г) систематическом использовании двигательных действий для обеспечения жизнедеятельности организма
9. Физическая подготовка – это
- а) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями
 - б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
 - в) комплекс морфо-функциональных свойств организма
 - г) процесс соревновательной деятельности
10. Физическое совершенство – это
- а) максимально возможная гипертрофия мышечной ткани
 - б) отдельные стороны двигательных возможностей человека
 - в) исторически обусловленный уровень здоровья, всестороннее развитие физических способностей функционального состояния и психических качеств людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в определенных условиях.
 - г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека.

Критерии оценки (в баллах)

Критерии оценки (в баллах) тестового задания состоит из 10 вопросов, при ответе на каждый обучающийся получает по 2,5 балла.

Перечень вопросов к зачету

1. Физическая культура и спорт в России.
2. Влияние физических упражнений на организм человека
3. Краткие сведения о строении и функциях организма человека.
4. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития двигательных качеств и достижение высоких спортивных результатов.
5. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие развития двигательных качеств.
6. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие достижения высоких спортивных результатов.
7. Закаливание организма.
8. Средства ФК и С.
9. Методы ФК и С.
10. Гигиена физкультурника.
11. Гигиена одежды и обуви при занятиях ФК и С.
12. Самоконтроль физкультурника.
13. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям ФК и С.
14. Оказание первой медицинской помощи (до врача).

3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания

Рейтинг-план дисциплины

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий на семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
Модуль 1				
Текущий контроль				
Устный опрос	1	5	0	5
Написание реферата	10	1	0	10
Рубежный контроль				
Тестовый контроль	2,5	10	0	25
Модуль 2				

Текущий контроль				
Устный опрос	1	5	0	5
Написание реферата	10	1	0	10
Рубежный контроль				
Тестовый контроль	2,5	10	0	25
Итоговый контроль				
зачет				60

Результаты обучения по дисциплине (модулю) у обучающихся оцениваются по итогам текущего контроля количественной оценкой, выраженной в рейтинговых баллах. Оценке подлежит каждое контрольное мероприятие.

При оценивании сформированности компетенций применяется четырехуровневая шкала «неудовлетворительно», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично».

Максимальный балл по каждому виду оценочного средства определяется в рейтинг-плане и выражает полное (100%) освоение компетенции.

Уровень сформированности компетенции «хорошо» устанавливается в случае, когда объем выполненных заданий соответствующего оценочного средства составляет 80-100%; «удовлетворительно» – выполнено 40-80%; «неудовлетворительно» – выполнено 0-40%

Рейтинговый балл за выполнение части или полного объема заданий соответствующего оценочного средства выставляется по формуле:

Рейтинговый балл = $k \times$ Максимальный балл,

где $k = 0,2$ при уровне освоения «неудовлетворительно», $k = 0,4$ при уровне освоения «удовлетворительно», $k = 0,8$ при уровне освоения «хорошо» и $k = 1$ при уровне освоения «отлично».

Оценка на этапе промежуточной аттестации выставляется согласно Положению о модульно-рейтинговой системе обучения и оценки успеваемости студентов БашГУ:

На зачете выставляется оценка:

- зачтено - при накоплении от 60 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных баллов),
- не зачтено - при накоплении от 0 до 59 рейтинговых баллов.

При получении на экзамене оценок «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», на зачёте оценки «зачтено» считается, что результаты обучения по дисциплине (модулю) достигнуты и компетенции на этапе изучения дисциплины (модуля) сформированы.