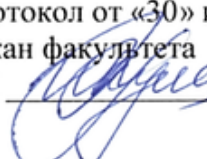


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bff679173601da3b2b557f12121

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное образовательное учреждение высшего образования
Московской области
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ
(МГОУ)

Кафедра оздоровительной и адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДЕН
на заседании кафедры
Протокол от «30» июня 2020 г., №12
Декан факультета
ФК  Кулишенко И.В.

ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

Тренажеры в спорте

Направление подготовки 49.03.01 – Физическая культура

Профиль (программа подготовки) " Спортивная тренировка "

Мытищи
2020

Содержание

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы 3
2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания 4
3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы 10
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций 24

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
ДПК-1 - способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ДПК-3 - способен совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ДПК-5 - способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ДПК-6 – способен планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия, организовывать досуговую деятельность и активный отдых в организациях различного типа	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	критерии и оценивание	Шкала оценивания
-------------------------	--------------------------	-------------------	----------------------	-----------------------	------------------

нции				ния	(баллы)
ДПК-1	пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса Уметь: правильно вести планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности	текущий контроль : устный опрос, домашние задания, реферат промежуточная аттестация: зачет	41-60
	продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса Уметь: правильно вести планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности Владеть: основами знаний по Знать: планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса Уметь: правильно вести планированию, учету и анализу результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности	текущий контроль : устный опрос, домашние задания доклад, контрольная работа промежуточная аттестация: зачет	61-100
ДПК-3	пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: особенности совершенствования индивидуального спортивного мастерства	текущий контроль : устный опрос, домашние задания, реферат	41-60

			Уметь: правильно и эффективно показывать технику физических упражнений	промежу точная аттестаци я: зачет	
	продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: особенности совершенствовани я индивидуального спортивного мастерства Уметь: правильно и эффективно показывать технику физических Владеть: техник выполнения движений и средствами выразительности	текущий контроль : устный опрос, домашни е задания доклад, контроль ная работа промежу точная аттестаци я: зачет	61-100
ДПК-5	пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: формы, средства и методы образовательной деятельности Уметь: использовать в образовательном процессе формы, средства и методы образовательной деятельности	текущий контроль : устный опрос, домашни е задания, реферат	41-60
	продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: формы, средства и методы образовательной деятельности Уметь: использовать в образовательном процессе формы, средства и методы образовательной деятельности Владеть: навыками использования методов и средств	текущий контроль : устный опрос, домашни е задания доклад, контроль ная работа промежу точная аттестаци я: зачет	61-100

			образовательной деятельности		
ДПК-6	пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: особенности проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий Уметь: проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия	текущий контроль : устный опрос, домашние задания, реферат промежуточная аттестация: зачет	41-60
	продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: особенности проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий Уметь: проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия Владеть: навыками организации досуговой деятельности и активного отдыха в организациях различного типа	текущий контроль : устный опрос, домашние задания доклад, контрольная работа промежуточная аттестация: зачет	61-100

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Перечень лабораторных работ.

Лабораторная работа №1 Тема: «определение физической работоспособности»

Форма представления отчета:

Студент должен отчитаться по лабораторной работе в устной форме, ответив на контрольные вопросы.

Лабораторная работа №2. Тема: Определение показателей силы при помощи кистевого динамометра

Форма представления отчета:

Студент должен отчитаться по лабораторной работе в устной форме, ответив на контрольные вопросы.

Лабораторная работа № 3 Тема: Выполнение Гарвардского степ-теста

Форма представления отчета:

Студент должен отчитаться по лабораторной работе в устной форме, ответив на контрольные вопросы.

Лабораторная работа №4 Тема: Определение пробы Штанге и пробы Генче.

Форма представления отчета:

Студент должен отчитаться по лабораторной работе в устной форме, ответив на контрольные вопросы.

Лабораторная работа №5 Тема: Определение физиологических сдвигов в организме в процессе работы на велоэргометре.

Форма представления отчета:

Студент должен отчитаться по лабораторной работе в устной форме, ответив на контрольные вопросы.

Темы для докладов (для всех форм обучения)

1. Применение технических средств в обучении и тренировке спортсменов.
2. Технические средства для оценки специальной подготовленности спортсменов в разных видах спорта.
3. Значение тренажеров в обучении и тренировке спортсменов.
4. Классификация тренажеров и их характеристика.
5. Тренажерные устройства для воздействия на мышцы рук и ног
6. Тренажерные устройства для развития координации движений
7. Применение технических средств в обучении и тренировке спортсменов.
8. Тренажерные устройства для силовой и скоростно-силовой подготовки
9. Применение тренажеров для скоростно-силовой подготовки
10. Перспективы развития индустрии спортивных тренажёров

Перечень вопросов к зачету (для всех форм обучения)

1. Значение тренажеров в обучении и тренировке спортсменов.
2. Классификация тренажеров и их характеристика.
3. Перспективы развития компьютеризованных тренажеров.
4. Управление изменениями параметров спортивных движений с использованием упругих рекуператоров движений.

5. Классификация спортивных тренажеров, применяемых для формирования движения.
6. Фрикционный тренажер «Бизон-1».
7. Универсальные тренажерные устройства с комплексным воздействием на мышцы туловища, плечевого пояса, верхних и нижних конечностей
8. Тренажерные устройства для воздействия на мышцы рук и ног
9. Тренажерные устройства для воздействия на мышцы туловища и позвоночник
10. Тренажерные устройства для силовой и скоростно-силовой подготовки
11. Тренажерные устройства для развития координации движений
12. Применение технических средств в обучении и тренировке спортсменов.
13. Применение тренажеров в подготовке лыжников-гонщиков.
14. Применение тренажеров в подготовке биатлонистов.
15. Комплексное применение технических средств в подготовке бегунов-спринтеров.
16. Применение тренажеров для скоростно-силовой подготовки спринтеров.
17. Технология определения двигательных возможностей бегунов в условиях тренажерного стенда «инерционная дорожка».
18. Применение технических средств в обучении спортсменов.
19. Применение технических средств в тренировке спортсменов.
20. Применение технических средств в обучении и тренировке спортсменов.

Тематика рефератов

1. Тренажерная подготовка дзюдоиста.
2. Тренажерная подготовка прыгуна в воду с вышки.
3. Развитие суставной подвижности у гимнастов на основе технических средств воздействия.
4. Формирование двигательных качеств у борцов с использованием технических устройств обратной связи.
5. Применение технических средств в обучении и тренировке волейболистов.
6. Применение технических средств в обучении и тренировке футболистов.
7. Применение технических средств в обучении и тренировке хоккеистов.
8. Совершенствование навыка скоростной передачи мяча в баскетболе с применением технических средств.
9. Применение тренажеров в подготовке теннисистов.
10. Технические средства для оценки специальной подготовленности спортсменов в разных видах спорта.

Контрольные задания

Задание 1. Написать план-проспект по теме «Научно-методические основы

применения тренажеров в подготовке спортсменов» (расписать классификацию значение и характеристику тренажеров)

Задание 2. Определить уровень физической подготовленности при помощи тренажеров и тренировочных устройств

Задание 3. Определить уровень технической подготовленности при помощи тренажеров в технических видах спорта (на примере лыж, плавания и легкой атлетики)

Задание 4. Разработать методические рекомендации для совершенствования техники в единоборствах в единоборствах и сложнокоординационных видах спорта при помощи тренажеров
Формирование двигательных качеств у борцов с использованием технических устройств обратной связи.

Задание 5. Разработать методические рекомендации для совершенствования техники в игровых видах спорта при помощи тренажеров

Задание 6. Определить уровень специальной подготовленности спортсменов при помощи технических средств

4.Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Для оценки этапов формирования компетенций используется рейтинговая система оценки успеваемости и качества знаний студентов.

Посещение учебных занятий оценивается накопительно, следующим образом: максимальное количество баллов, отводимых на учет посещаемости, делится на количество занятий по дисциплине. Полученное значение определяет количество баллов, набираемых студентом за посещение одного занятия.

Оценка за посещение учебных занятий (ПУЗ) определяется по следующей формуле:

$$\text{ПУЗ} = 20 \frac{n}{N},$$

где n – количество учебных занятий, в реализации которых участвовал студент,

N – количество учебных занятий по плану.

Текущий контроль успеваемости обучающихся предполагает систематическую проверку теоретических знаний обучающихся, выполнения ими проектных заданий в соответствии с учебной программой. Текущий контроль (ТК) по освоению учебных модулей дисциплины в течение семестра предполагается рассчитывать по следующей формуле:

$$TK = 40 \frac{B+Y3}{B+Y3},$$

где B , $Y3$ – количество контрольных вопросов и заданий по учебному плану,

b , $y3$ – количество вопросов и заданий, на которые ответил и выполнил студент.

Творческий рейтинг выставляется за выполнение домашних (самостоятельных) заданий различного уровня сложности (подготовка проектных заданий, презентаций, рефератов и других видов работ). Творческий рейтинг (ТР) предполагается рассчитывать по следующей формуле:

$$TP = 30 \frac{пз+реф}{ПЗ+РЕФ},$$

Где $ПЗ$, $РЕФ$ – количество проектных заданий и рефератов по учебному плану,

$пз$, $реф$ – количество проектных заданий и рефератов, которые студент выполнил.

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с расписанием в экзаменационную сессию.

Результаты аттестации (РА) студента за семестр, рассчитываются по следующей формуле:

$$РА = ПУЗ + ТК + ТР$$

Распределение баллов по видам работ

Распределение баллов по видам работ:

Название компонента	Распределение баллов
Посещение	до 20
Конспект	до 5
Лабораторная работа	до 5
Реферат	до 10
Доклад	до 10
Сообщения на занятиях	до 5

Контрольная работа	до 15
Зачет	до 30

Критерий оценивания конспектов

Баллы	Критерии оценивания
5	- излагает материал последовательно и правильно
4	дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает незначительные неточности
3	- излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил
2	Отсутствие конспектов

Критерий оценивания лабораторных работ

Баллы	Требования к критерию
5	- глубоко, осмысленно, в полном объеме усвоил программный материал, способен к самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций; - умеет творчески применять теоретические знания при решении практических ситуаций; - показывает способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе учёбы и профессиональной деятельности
4	полно раскрыл материал, предусмотренный программой, знает определение понятий в области технических средств; допустил незначительные неточности при выполнении работы.
3	- владеет материалом в пределах программы курса, знает основные понятия и определения, при этом допускает значительные ошибки и неточности
2	- показал проблемы в знании основного учебного материала; - не может разобраться в конкретной практической ситуации;

Критерий оценивания рефератов

№ п/п	Оцениваемые параметры	Оценка в баллах
1.	Качество реферата: - производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом; - Тема недостаточно раскрыта - Тема не раскрыта	2 1 0
2.	Использование демонстрационного материала: - автор использовал рисунки и таблицы	3

	- использовался в докладе, хорошо оформлен, но есть неточности; - представленный демонстрационный материал не использовался Или был оформлен плохо, неграмотно.	2 1
3	Владение научным и специальным аппаратом: - использованы общенаучные и специальные термины; - показано владение базовым аппаратом.	2 1
4.	Четкость выводов: - полностью характеризуют работу; - Выводы нечетки - имеются, но не доказаны.	3 2 1
Итого максимальное количество баллов:		10

Критерий оценивания сообщений на занятиях

Баллы	Критерии оценивания
5	- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий; - обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; - излагает материал последовательно и правильно
4	дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.
3	обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: - излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; - не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; - излагает материал непоследовательно
2	обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Критерии оценивания докладов

№ п/п	Оцениваемые параметры	Оценка в баллах
1.	Качество доклада: - производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом;	2
	рассказывается, но не объясняется суть работы;	1
	- зачитывается.	0

2.	Использование демонстрационного материала:	
	- автор представил демонстрационный материал и прекрасно в нем ориентировался	2
	- использовался в докладе, хорошо оформлен, но есть неточности;	1
	- представленный демонстрационный материал не использовался докладчиком или был оформлен плохо, неграмотно.	0
3.	Качество ответов на вопросы:	
	- отвечает на вопросы;	3
	- не может ответить на большинство вопросов;	2
	- не может четко ответить на вопросы.	1
4.	Владение научным и специальным аппаратом:	
	- показано владение специальным аппаратом;	3
	- использованы общенаучные и специальные термины;	2
	- показано владение базовым аппаратом.	1
Итого максимальное количество баллов:		10

Критерии оценивания контрольных работ

Баллы	Требования к критерию
13-15	1. глубоко, осмысленно, в полном объеме усвоил программный материал, излагает его на высоком научном уровне, изучил обязательную и дополнительную литературу, способен к самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций; 2. усвоил методологию данной дисциплины, свободно владеет понятиями, определениями, терминами; 3. умеет анализировать и выявлять взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими дисциплинами; 4. умеет творчески применять теоретические знания при решении практических ситуаций; 5. показывает способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе учёбы и профессиональной деятельности
10-12	1. полно раскрыл материал, предусмотренный программой, изучил обязательную литературу; 2. владеет методологией данной дисциплины, методами исследования, знает определение понятий в области технических средств; 3. умеет установить взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими областями знаний; 4. применяет теоретические знания на практике; 5. допустил незначительные неточности при изложении материала, не искажающие содержание ответа по существу вопроса.
6-9	1. владеет материалом в пределах программы курса, знает основные понятия и определения; 2. обладает достаточными знаниями для продолжения обучения и профессиональной деятельности; 3. способен разобраться в конкретной практической ситуации.

0-5	1. показал проблемы в знании основного учебного материала; 2. не может дать чётких определений, понятий; 3. не может разобраться в конкретной практической ситуации; 4. не может успешно продолжать дальнейшее обучение в связи с недостаточным объёмом знаний.
-----	--

Требования к зачету

Процедура оценивания знаний и умений для сдачи зачета состоит из следующих составных элементов:

1. Учет посещаемости лекционных и практических занятий осуществляется по ведомости представленной ниже в форме таблицы.

5. Таблица 1

№ п/п	Фамилия И.О.	Посещение занятий								Итого %
		1	2	3	4				18	
1.										
2.										

Зачет выставляется в соответствии с предложенной ниже таблицей 2

6. Таблица 2

№ п/п	Фамилия И.О.	Сумма баллов, набранных в семестре							Отметка о зачете	Подпис ь препод ав.
		Посещ ение	Конспе кт	лабора торная работа	Доклад	Рефера т	Сообщ ение на заняти и	Контро льная работа до 15 баллов		
		до 20 баллов	до 5 баллов	до 5 баллов	до 10 баллов	до 10 баллов	До 5 баллов		до 30 баллов	
1	2	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.										
2.										

Критерии и показатели, используемые при оценивании учебного реферата

Критерии	Показатели
----------	------------

1.Новизна	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы	- соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий темы; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.

КРИТЕРИЙ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ НА ЗАЧЕТЕ

Оценка	Критерий
Зачет	Ответ содержит основные сведения о поставленном вопросе. Отвечающий демонстрирует знание пройденного материала, умение выделить существенное, умение логически и аргументировано излагать материал.
Незачет	Ответ не раскрывает суть поставленного вопроса, ответ не получен

