

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:
6b5279da4e034bffa679172803da5b7b559fc69e2

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

Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДЁН

на заседании кафедры физического
воспитания

Протокол от «16» июня 2021 г. № 16

И.о. зав. кафедрой 
/И.В. Борисова

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине

Физическая культура и спорт

Специальность
31.05.01 Лечебное дело

Мытищи
2021

Содержание

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

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

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
УК -7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа.
ОПК-2. Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения	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 оценивания	Шкала оценивания
УК-7	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знает социально-биологические основы физической культуры; ценности физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности. Умеет составлять комплексы физических упражнений различной направленности, исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, этапов профессионального роста, индивидуально-личностных особенностей; составлять индивидуальные коррекционно-развивающие программы физического самосовершенствования, исходя из особенностей индивидуально-личностных развития и	Реферат, устный опрос	Шкала оценивания реферата Шкала оценивания устного опроса

			траектории профессионального роста.		
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знает социально-биологические основы физической культуры; ценности физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности. Умеет составлять комплексы физических упражнений различной направленности, исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, этапов профессионального роста, индивидуально-личностных особенностей; составлять индивидуальные коррекционно-развивающие программы физического самосовершенствования, исходя из особенностей индивидуально-личностных развития и траектории профессионального роста. Владет способами выявления и оценки индивидуально-личностных, профессионально-значимых качеств; способами выявления и оценки индивидуально-личностных, профессионально-значимых качеств и средствами совершенствования психофизической подготовленности.	Реферат, устный опрос	Шкала оценивания реферата Шкала оценивания устного опроса

ОПК-2	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знает средства физической культуры в регулировании работоспособности, обеспечении здоровья и физического совершенствования. Умеет составлять индивидуальные программы физического самосовершенствования исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, этапов профессионального роста, индивидуально-личностных особенностей. Владеет способами выявления и оценки индивидуально-личностных, профессионально-значимых качеств и путями достижения более высокого уровня их развития, ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности.	Реферат, устный опрос	Шкала оценивания реферата Шкала оценивания устного опроса
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знает средства физической культуры в регулировании работоспособности, обеспечении здоровья и физического совершенствования. Умеет составлять индивидуальные программы физического самосовершенствования исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, этапов профессионального роста,	Реферат, устный опрос	Шкала оценивания реферата Шкала оценивания устного опроса

			индивидуально-личностных особенностей. Владеет способами выявления и оценки индивидуально-личностных, профессионально-значимых качеств и путями достижения более высокого уровня их развития, ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности.		
--	--	--	--	--	--

Шкала оценивания рефератов

№ п/п	Оцениваемые параметры	Оценка в баллах
1.	<i>Качество реферата:</i>	
	- производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом;	6
	- тема недостаточно раскрыта;	3
	- тема не раскрыта;	0
2.	<i>Использование демонстрационного материала:</i>	
	- автор использовал рисунки и таблицы;	5
	- использовался в реферате, хорошо оформлен, но есть неточности;	3
	- представленный демонстрационный материал не использовался и/или был оформлен плохо, неграмотно.	1
3.	<i>Владение научным и специальным аппаратом:</i>	
	- использованы общенаучные и специальные термины;	2
	- показано владение базовым аппаратом.	1
4.	<i>Четкость выводов:</i>	
	- полностью характеризуют работу;	2
	- выводы нечетки	1
	- имеются, но не доказаны.	0
Итого максимальное количество баллов: 15		

Шкала оценивания устного опроса

Баллы	Критерии оценивания
10	- 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.

6	дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки в «10 баллов», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.
4	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.
1	обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «1 балл» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

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

Темы для подготовки к устному опросу

1. Лечебная и специальная физическая культура;
2. Формы производственной гимнастики;
3. Периоды чередования физической работоспособности в процессе рабочего дня;
4. Понятие – вводная гимнастика;
5. Понятие - физкультурная пауза;
6. Понятие – физкультурные минуты;
7. Оценка реакции пульса на физическую нагрузку;
8. Оценка физической работоспособности людей по 12-минутному тесту К. Купера;
9. Соответствие норм массы тела по индексу Кетле;
10. Методические подходы и современные методики оценки уровня здоровья;
11. Самоконтроль, дневник самоконтроля.
12. Структура тренировочного процесса.
13. Сочетание физических качеств.
14. Базовые упражнения.
15. Структура двигательных действий.
16. Физическая работоспособность.
17. Режимы работы мышц.

Темы рефератов:

1. Физическая культура в системе подготовки учителя и ее профессиональная направленность
2. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе физического воспитания.
3. Общая физическая подготовка в системе физического воспитания студентов вузов.
4. Личная и общественная гигиена. Гигиенические основы физических упражнений.
5. Формирование здорового образа и стиля жизни. Факторы, определяющие здоровый образ жизни.
6. Роль движений в жизни человека. Закономерности образования двигательных навыков.
7. Летняя оздоровительная работа в организациях дошкольного образования;

8. Медицинское обеспечение паралимпийского спорта;
9. Подвижные игры и эстафеты в режиме учебного дня;
10. Место физической культуры в вашей жизни;
11. Формирование мотивационно-ценностного отношения школьника к своему здоровью;
12. Физическая подготовленность детей дошкольного возраста;
13. Физическое развитие как показатель здоровья.
14. Лечебная и специальная физическая культура.
15. Обучение основным принципам физического воспитания и спорта.
16. Стартовые приемы и команды, построения и перестроения, размыкания и смыкания, общеразвивающие упражнения, упражнения без предметов и с предметами.

Зачет:

Выполнение контрольных нормативов (предусмотрено для обучающихся, не имеющих ограничения физических нагрузок):

- Сгибание разгибание рук в упоре лежа от пола;
- Прыжок в длину с места толчком двумя гонами;
- Бег на длинные дистанции: 2000 метров - девушки, 3000 метров – юноши.
- Бег на короткие дистанции 100 метров
- Наклон вперед из положения, стоя на гимнастической скамейке;
- Подтягивание из виса на высокой перекладине (мужчины);
- Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (женщины);
- Поднимание туловища из положения лежа на спине;
- Приседание на двух ногах.

Вопросы для зачёта (предусмотрено для обучающихся, имеющих нарушения состояния здоровья постоянного (хронические заболевания (состояния), врожденные пороки развития, деформации без прогрессирования, в стадии компенсации) или временного характера, с нарушениями физического развития, требующими ограничения физических нагрузок):

1. Значение физической культуры в улучшении здоровья.
2. Определение понятия "Физическая культура".
3. Цели и задачи физической культуры для занимающихся.
4. Виды утомления и его признаки при занятиях физическими упражнениями.
5. Признаки переутомления при занятиях физической культурой.
6. Техника безопасности на занятиях по физической культуре.
7. Физические упражнения при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
8. Физические упражнения при заболеваниях дыхательной системы.
9. Физические упражнения при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
10. Физические упражнения для восстановления работоспособности.
11. Самоконтроль физического состояния во время занятий физической культурой.
12. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.
13. Упражнения, способствующие развитию гибкости.
14. Комплекс упражнений утренней гимнастики.
15. Первая медицинская помощь при травмах (вывихи, растяжения, ушибы).
16. Профилактика травматизма на занятиях по физической культуре.
17. Техника бега на короткие дистанции.

18. Виды спортивных игр. Краткая характеристика одной из игр.
19. Обучение основным принципам физического воспитания и спорта.
20. Стартовые приемы и команды, построения и перестроения, размыкания и смыкания, общеразвивающие упражнения, упражнения без предметов и с предметами.

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

Реферат представляет собой письменную работу или выступление по определенной теме, в котором собрана информация из одного или из нескольких источников.

Различают два вида рефератов: продуктивные и репродуктивные. Репродуктивный реферат воспроизводит содержание первичного текста. Репродуктивный реферат может представлять собой реферат-конспект (содержит фактическую информацию в обобщенном виде) и реферат-резюме (содержит только основные положения данной темы). Продуктивный реферат содержит творческое или критическое осмысление реферируемого источника. Продуктивный реферат может представлять собой реферат-доклад (имеет развернутый характер, наряду с анализом информации первоисточника содержит объективную оценку проблемы и путей ее решения) и реферат-обзор (составляется на основе нескольких источников и сопоставляет различные точки зрения). Объем реферата должен составлять не менее 12 тыс. печатных знаков.

Структура реферата

- 1) титульный лист;
- 2) оглавление;
- 3) введение;
- 4) текстовое изложение материала с необходимыми ссылками на источники, использованные автором;
- 5) заключение;
- 6) список использованной литературы;
- 7) приложения, которые состоят из таблиц, диаграмм, графиков, рисунков, схем (необязательная часть реферата).

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета. Зачет проводится в форме выполнения контрольных нормативов для обучающихся, не имеющих ограничения физических нагрузок или ответов на вопросы, предусмотренные для обучающихся, имеющих нарушения состояния здоровья постоянного (хронические заболевания (состояния), врожденные пороки развития, деформации без прогрессирования, в стадии компенсации) или временного характера, с нарушениями физического развития, требующими ограничения физических нагрузок).

Шкала оценивания зачета для обучающихся, не имеющих ограничения физических нагрузок:

Девушки

	Виды испытаний (тесты)	5 баллов	10 баллов	20 баллов
	Бег на 100 метров (с)	17,8	17,4	16,4
	Бег на 2 км (мин, с)	13.10	12.30	10.50
	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	10	12	18
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	10	12	17

	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи - см)	8	11	16
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	170	180	195
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	32	35	43

Юноши

	Виды испытаний (тесты)	5 баллов	10 баллов	20 баллов
	Бег на 100 метров (с)	14,4	14,1	13,1
	Бег на 3 км (мин, с)	14.30	13.40	12.00
	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	10	12	15
	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи - см)	6	8	13
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	210	225	240
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	33	37	48
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	28	32	44

Шкала оценивания зачета для обучающихся, имеющих нарушения состояния здоровья, требующие ограничения физических нагрузок

Критерии оценивания	Баллы
Обучающийся ответил на все вопросы. Дал полный и правильно изложенный ответ, привел собственные примеры, правильно раскрыл те или иные положения, сделал обоснованный вывод.	20-16
Обучающийся ответил на все вопросы. Дал ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки в «20 баллов», но допустил 1-2 ошибки, которые сам же исправил, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.	15-11
Обучающийся смог с помощью дополнительных вопросов воспроизвести основные положения вопросов указанных в билете, но не сумел привести соответствующие примеры или аргументы, подтверждающие те или иные положения.	10-6
Обучающийся не раскрыл понятие вопросов, на заданные	0-5

экзаменаторами вопросы не смог дать удовлетворительный ответ.	
---	--

Итоговая шкала выставления оценки по дисциплине

Итоговая оценка по дисциплине выставляется по приведенной ниже шкале. При выставлении итоговой оценки преподавателем учитывается работа студента в течение всего срока освоения дисциплины, а также баллы, полученные на промежуточной аттестации.

Баллы, полученные обучающимся в течение освоения дисциплины	Оценка по дисциплине
41-100	Зачтено
0-40	Не зачтено