

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Рукович Александр Владимирович

Должность: Директор

Дата подписания: 31.05.2025 12:37:59

Уникальный программный ключ:

f45eb7c44954саас05ea7d4f32eb8d7d6b3cb96ae6d9b4bda094afddaffb7091

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования
«СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ М.К.
АММОСОВА»

Технический институт (филиал) ФГАОУ ВО «СВФУ» в г. Нерюнгри

Кафедра экономических, гуманитарных и общеобразовательных дисциплин

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Б1.О.02.01 Физическая культура и спорт

для программы бакалавриата
по направлению подготовки 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями
подготовки)

Направленность (профиль) программы: Дошкольное образование и начальное
образование

Форма обучения: очная

УТВЕРЖДЕНО на заседании

выпускающей кафедры

Пимно

07.04.2025 г., протокол № 8

Заведующий кафедрой

Мамедова Л.В.

07.04.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО на заседании

обеспечивающей кафедры

ЭГЮД

02.04.2025 г., протокол № 9

Заведующий кафедрой

Ахмедов Т.А.

02.04.2025 г.

СОГЛАСОВАНО:

Эксперты:

Мамедова Л.В., к.п.н, заведующий кафедрой Пимно

Ф.И.О., должность, организация

подпись

Погуляева И.А., к.б.н., доцент кафедры ЭГЮД

Ф.И.О., должность, организация

подпись

СОСТАВИТЕЛЬ:

Прокопенко Л.А., к.пед.н., доцент кафедры ЭГЮД

Ф.И.О., должность, организация

подпись

Паспорт фонда оценочных средств
по дисциплине **Б1.О.02.01 Физическая культура и спорт**

№	Контролируемые разделы (темы)	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Требования к уровню усвоения компетенции	Наименование оценочного средства
1	Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности (УК-7.1).	- <i>Знать</i> значение физической культуры и спорта в жизнедеятельности человека; закономерности совершенствования отдельных функциональных систем и организма в целом под воздействием направленной физической нагрузки или тренировки; факторы, определяющие здоровье человека, составляющие здорового образа жизни; методические основы физического воспитания и специальной подготовки; способы контроля и оценки индивидуального уровня здоровья. - <i>Уметь</i> осуществлять подбор средств и методов оздоровительно-профилактической направленности для регулирования работоспособности в рабочее и свободное время; подбор средств для поддержания здорового образа жизни; развития основных и специальных качеств для избранной специальности; уметь использовать полученные знания в пропаганде здорового образа жизни, в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. - <i>Владеть</i> методами самодиагностики, самооценки и самокоррекции физического состояния; методами регулирования нагрузки в самостоятельных занятиях; методами поддержания здоровья, должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Подготовка к практическому занятию. Проверочная работа 1
2	Биологические и социально-биологические основы физической культуры	Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма на укрепление здоровья (УК-7.2).		Подготовка к практическому занятию. Проверочные работы 2, 3, 4
3	Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности			Подготовка к практическому занятию. Проверочная работа 5
4	Общая и специальная физическая подготовка			Подготовка к практическому занятию. Проверочная работа № 6
5	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями			Подготовка к практическому занятию. Проверочные работы 7, 8
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов			Подготовка к практическому занятию. Проверочные работы № 9,10

Перечень оценочных материалов

Подготовка к практическому занятию предполагает проработку теоретических вопросов, составление конспекта и ответы на вопросы преподавателя по изучаемой теме на занятиях.

Вопросы для подготовки к практическим (семинарским) занятиям:

К теме 1. Особенности учебной деятельности студентов. Формы гигиенической гимнастики. Производственная гимнастика для профилактики утомления студента в режиме учебного дня. Применение средств физической культуры и спорта в экзаменационный период и в свободное время студентов.

К теме 2. Действие самомассажа на системы организма, общие противопоказания к самомассажу и правила самомассажа.

К теме 3. Часть 1. Основы здорового образа жизни. Факторы здоровья, ЗОЖ, содержание и критерии ЗОЖ.

К теме 3. Часть 2. Здоровье человека как индивида. Характеристика физического, психического и социального здоровья.

К теме 4. Часть 1. Структура физкультурного занятия. Задачи и содержание подготовительной, основной и заключительной частей занятия.

К теме 4. Часть 2. Древние и современные Олимпийские игры.

К теме 5. Осанка и телосложение. Соматоскопия.

К теме 6. Особенности умственного труда и задачи профессионально-прикладной физической подготовки для развития психофизических качеств.

Требования: конспект содержит основной теоретический материал, изложение ответа обоснованное и четкое.

Критерии оценки подготовки к практическим (семинарским) занятиям:

5 баллов - конспект содержит основной теоретический материал. Работа студента характеризуется смысловой цельностью, связностью, четкостью и последовательностью изложения, дается развернутые ответы на поставленные вопросы.

4 баллов – конспект содержит основной теоретический материал. Работа студента характеризуется смысловой цельностью; изложение материала недостаточно четко. Фактических ошибок, связанных с пониманием проблемы, нет.

3 балла – конспект содержит краткое освещение теоретического материала. Студент допускает ошибки при объяснении смысла или содержания вопроса, недостаточно четкости и полноты изложения.

Проверочная работа позволяет проверить знания студентов по изучаемой теме. Представляет собой задания, направленные на проверку знаний и навыков практического их применения.

Проверочная работа №1 «Оценка индивидуального уровня физической подготовленности».

Проверочная работа № 2 «Комплексное применение приемов самомассажа для отдельных частей тела».

Проверочная работа № 3 «Комплекс упражнений мышечной релаксации».

Проверочная работа № 4 «Расчеты суточных энергозатрат и энергозатрат при физической нагрузке».

Проверочная работа № 5 «Определение индивидуального уровня здоровья».

Проверочная работа № 6 «Конспект учебно-тренировочного занятия по физической культуре».

Проверочная работа № 7 «Оценка осанки и телосложения. Комплекс упражнений для коррекции осанки и телосложения студентов».

Проверочная работа № 8 «Ведение дневника самоконтроля».

Проверочная работа № 9 «Выбор видов спорта и упражнений в соответствии с задачами ППФП для избранной специальности».

Проверочная работа № 10 «Комплекс мероприятий оздоровительно-профилактической направленности с учетом будущей профессиональной деятельности».

Требования к проверочным работам: правильность оформления, правильность выполнения задания; методическая грамотность в подборе физических упражнений, тестов, проб мероприятий; точность математических расчетов; правильность методики проведения упражнений; грамотность сделанных выводов.

Критерии оценки проверочной работы:

6 баллов – работа выполнена в соответствии с методическими указаниями, все задания и расчеты соответствуют требованиям.

5 баллов – работа выполнена в соответствии с методическими указаниями, имеются незначительные ошибки в методике подбора физических упражнений, тестов, проб или мероприятий, неточности в математических расчетах, работа сдана с опозданием.

4 баллов - имеются существенные ошибки в методике подбора физических упражнений, тестов, проб или мероприятий, в математических расчетах, нет полноты выводов, работа сдана с опозданием.

3 балла - имеются существенные ошибки в методике подбора физических упражнений, тестов, проб или мероприятий, в математических расчетах, нет полноты выводов, работа сдана с опозданием.

Не оценивается – работа требует исправлений, доработок.