

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Рукович Александр Владимирович

Должность: Директор

Дата подписания: 03.06.2025

Уникальный программный ключ:

f45eb7c44954саас05еа7d4f32eb8d7d6b3cb96ae6d9b4bda094afddaffb705f

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) в г. Нерюнгри

Кафедра общеобразовательных дисциплин

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Б1.О.05 Физическая культура и спорт

для программы бакалавриата

по направлению подготовки

44.03.02 – Психолого-педагогическое образование

Профиль: Общая и специальная психология и педагогика в образовании

Квалификация (степень) выпускника – бакалавр

Форма обучения – заочная

группа ППО-22(5)

Нерюнгри, 2022

УТВЕРЖДЕНО на заседании
выпускающей кафедры ПИМНО

«28» 04 2022 г., протокол № 9
Заведующий кафедрой ПИМНО

(подпись) Л.В. Мамедова

«28» 04 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО на заседании
обеспечивающей кафедры ОД

«26» 04 2022г., протокол № 8
И.о. заведующего кафедрой ОД

(подпись) И.А. Погуляева
«26» 04 2022 г.

СОГЛАСОВАНО

Эксперты¹:

Привалова И.И. акад. УМР кафедр ПИМНО (подпись)
Ф.И.О., должность, организация, подпись

И.А. Погуляева, зав.кафедрой ОД ТИ (ф) СВФУ (подпись)

СОСТАВИТЕЛИ:

Прокопенко Л.А., доцент кафедры ОД, ТИ (ф) СВФУ
Ф.И.О., должность, организация, подпись

Паспорт фонда оценочных средств

по дисциплине (модулю) **Б1.О.05 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	Обосновывает выбор здоровьесберегающей технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности (УК-7.1); планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности (УК- 7.2); соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности (УК-7.3); устанавливает соответствие выбранных средств и методов укрепления здоровья, физического самосовершенствовани я показателям уровня физической подготовленности (УК-7.4); определяет готовность к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (УК-7.5)	<i>Знать:</i> - факторы, формирующие здоровье человека; - составляющие здорового образа жизни и их влияние на здоровье человека; - методы регулирования работоспособности; - основы профессионально-прикладной физической подготовки. <i>Уметь:</i> - использовать научные принципы здорового образа жизни в повседневной жизни и в профессиональной деятельности; - осуществлять комплекс мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни и укрепление здоровья; - проводить расчеты двигательной активности и суточных энергозатрат; - осуществлять подбор средств для самомассажа и мышечной релаксации; - определять индивидуальный уровень общей и специальной физической подготовленности; - подбирать средства и методы для проведения физкультурного занятия в избранном виде спорта; - осуществлять оценку функционального состояния организма, подбор средств коррекции телосложения; - составлять комплекс мероприятий оздоровительно-профилактической направленности для поддержания профессионального долголетия; <i>Владеть:</i> - компетенциями сохранения здоровья (знания и соблюдения норм здорового образа жизни) и использовать полученные знания в пропаганде здорового образа жизни.	Проверочная работа № 1
2	Биологические и социально-биологические основы физической культуры			Проверочная работа № 2, № 3
3	Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности			Проверочная работа № 4
4	Общая и специальная физическая подготовка			Проверочная работа № 5
5	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями			Проверочная работа № 6
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов			Проверочная работа № 7, № 8

* Наименование темы (раздела) указывается в соответствии с рабочей программой дисциплины.

Перечень оценочных материалов

Самостоятельная внеаудиторная работа студентов включает проработку разделов тем, обязательной и дополнительной учебной литературы, методических указаний и рекомендаций, выполнение проверочных работ. Основной формой текущей проверки знаний является анализ выполнения практических заданий.

Критериями для оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются: уровень освоения учебного материала, умение использовать теоретические знания при выполнении проверочных работ, сформированность общеучебных умений.

Проверочная работа

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

Проверочная работа №1 «Средства и методы регулирования работоспособности студентов в отдельные периоды учебного года».

Проверочная работа № 2 «Приемы самомассажа на различные части тела и комплекс упражнений мышечной релаксации для восстановления организма».

Проверочная работа № 3 «Расчет двигательной активности и суточных энерготрат».

Проверочная работа № 4 «Определение индивидуального уровня здоровья».

Проверочная работа № 5 «Конспект учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта».

Проверочная работа № 6 «Оценка осанки и телосложения. Комплекс упражнений для коррекции осанки и телосложения студентов».

Проверочная работа № 7 «Профессиограмма. Виды спорта и упражнения ППФП».

Проверочная работа № 8 «Комплекс мероприятий оздоровительно-профилактической направленности в профессиональной деятельности».

Требования к проверочной работе: правильность оформления, точность выполнения задания; методическая грамотность в подборе физических упражнений, тестов, проб, мероприятий; точность математических расчетов; логичность сделанных выводов.

Критерии оценки проверочной работы:

12,5 баллов – работа выполнена в соответствии с методическими указаниями, все задания и расчеты соответствуют требованиям.

10-12 баллов – работа выполнена в соответствии с методическими указаниями, имеются незначительные ошибки в методике подбора физических упражнений, тестов, проб или мероприятий, неточности в математических расчетах.

8-9 баллов - имеются существенные ошибки в методике подбора физических упражнений, тестов, проб или мероприятий, в математических расчетах, нет полноты выводов.

7,5 баллов - имеются неточности, ошибки по нескольким критериям: неправильно оформлена, ошибки по методическим требованиям подбора средств и составления комплексов упражнений, в математических расчетах, нелогичность выводов или их отсутствие, выполнена не в полном объеме.

Не оценивается – работа требует исправлений, доработок.