

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ РАДИОТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ В.Ф. УТКИНА»

Кафедра «Электронные вычислительные машины»

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Б1.Б.08 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Направление подготовки
38.03.05 Бизнес-информатика

Направленность (профиль) подготовки
«Бизнес-информатика»

Уровень подготовки
Академический бакалавриат

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Оценочные материалы – это совокупность учебно-методических материалов (практических заданий, описаний форм и процедур проверки), предназначенных для оценки качества освоения обучающимися данной дисциплины как части ОПОП.

Цель – оценить соответствие знаний, умений и владений, приобретенных обучающимся в процессе изучения дисциплины, целям и требованиям ОПОП в ходе проведения промежуточной аттестации.

Контроль знаний обучающихся проводится в форме промежуточной аттестации. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

2. ПАСПОРТ ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Контролируемые разделы (темы) Дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции (или её части)	Вид, метод, форма оценочного мероприятия
Тема 1. Физическая культура и спорт в вузе. Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	ОК-8	Зачет
Тема 2 (части 1 и 2). Социально-биологические основы физической культуры	ОК-8	Зачет
Тема 3. Основы здорового образа жизни. Система общей физической подготовки для сдачи норм ГТО	ОК-8	Зачет
Тема 4. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Способы восстановления после умственных и физических нагрузок	ОК-8	Зачет
Тема 5. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности студента. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	ОК-8	Зачет
Тема 6. Основы методики самостоятельных занятий и самоконтроль за состоянием своего организма	ОК-8	Зачет
Тема 7. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Общая физическая и специальная физическая подготовка в системе физического воспитания.	ОК-8	Зачет
Тема 8. Физическая культура для работников интеллектуального труда. Оздоровительная физическая культура для профилактики умственного переутомления	ОК-8	Зачет
Тема 9. Средства ОФП (общefизической подготовки). Основы методики самостоятельных занятий и самоконтроль за состоянием своего организма. Методы оценки и развития силовых способностей. Методы оценки	ОК-8	Зачет

Контролируемые разделы (темы) Дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции (или её части)	Вид, метод, форма оценочного мероприятия
и развития гибкости. Методика развития силы и силовой выносливости		
Тема 10. Легкая атлетика. Методика самостоятельных занятий оздоровительной ходьбой, оздоровительным бегом. Производственная физическая культура и прикладные двигательные навыки	ОК-8	Зачет
Тема 11. Лыжная подготовка. Способы передвижения. Развитие общей и специальной выносливости	ОК-8	Зачет
Тема 12. Спортивные игры. Изучение техники и тактики	ОК-8	Зачет
Тема 13. Гимнастика	ОК-8	Зачет
Тема 14. Плавание	ОК-8	Зачет
Тема 15. Борьба «Самбо». Изучение техники и тактики борьбы	ОК-8	Зачет
Тема 16. Силовое троеборье	ОК-8	Зачет

3. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Уровень общей теоретической физической, спортивно-технической и профессионально-прикладной подготовленности определяется опросом по контрольным вопросам. Оценка физической подготовленности определяется по нормативам, доведенным до сведения студентов каждым преподавателем.

Для получения зачета студент РГРТУ должен выполнить программу семестра, а именно:

- пройти обязательный курс практических занятий;
- ответить на контрольные вопросы;
- сдать контрольные нормативы по специальной технической и физической подготовке.

Студенты, пропустившие более 50% занятий по уважительной причине, а также студенты, освобожденные от занятий на весь семестр, сдают зачет только по теоретическому разделу в виде реферата. Тема определяется преподавателем совместно со студентом. Работы выполняются в объеме 15-20 страниц машинописного текста. Реферат представляет собой самостоятельную работу по подбору, изучению и обобщению информации по выбранной теме. В работе над рефератом должно быть использовано не менее пяти источников. Работа должна быть написана грамотно, с правильно оформленным титульным листом, оглавлением, библиографическим описанием. При оценке реферата учитывается содержание работы, а также умение студента излагать и обобщать свои мысли, аргументированно отвечать на вопросы. Реферат включает: введение, основную часть, заключение и список литературы. Перед введением пишется план (содержание). Во введении студент обосновывает актуальность, формулирует вопросы, которые он предполагает раскрыть, определяет цели и задачи. Основная часть включает современное состояние явлений, рассмотрение путей и способов решения вопросов, поставленных во введении, и конкретное описание этих путей на основе изучения литературных источников, наблюдений и собственного опыта.

Реферативная работа студента может также представлять собой теоретическое исследование и выполняться в форме обобщенного научного обзора с анализом новейших научных работ, связанных единой тематикой. Она призвана характеризовать теоретическую подготовку студента по предмету, показать его умение самостоятельно вести научный поиск и ведение научно-исследовательской работы по дисциплине (модулям). Итогом такой работы должны быть обобщающие выводы, имеющие научное или практическое значение. Такая работа может быть рекомендована на студенческую научную конференцию.

Студенты специальных медицинских групп (СМГ) занимаются физической культурой по

специальной программе, учитывающей их заболевания, с отдельно выделенным преподавателем, либо применяется индивидуально-дифференцированный подход в зависимости от уровня функциональной и физической подготовленности, характера и выраженности структурных и функциональных нарушений в организме, вызванных временными или постоянными патологическими факторами.

Уровень освоения компетенций, формируемых дисциплиной:

а) описание критериев и шкалы оценивания физической подготовленности (нормативы):

Юноши

Нормативы	Результаты в баллах				
	5	4	3	2	1
Бег 100м	13,2 с.	13,6 с.	14,0 с.	14,3 с.	14,6 с.
Бег 3000 м	12 мин. 00 с.	12 мин. 35 с.	13 мин. 10 с.	13 мин. 50 с.	14 мин. 30 с.
Прыжок в длину с места (см.)	250	240	230	223	215
Подтягивание	15	12	9	7	5
Поднос ног из виса	10	7	5	3	2
Отжимание от брусьев	15	12	9	7	5

Девушки

Нормативы	Результаты в баллах				
	5	4	3	2	1
Бег 100 м	15,7 с.	16,0 с.	17,0 с.	17,9 с.	18,7 с.
Бег 2000 м	10 мин. 15 с.	10 мин. 50 с.	11 мин. 15 с.	11 мин. 50 с.	12 мин. 15 с.
Прыжок в длину с места (см.)	250	240	230	223	215
Подтягивание	20	16	12	8	4
Приседание на л/п ноге	12	10	8	6	4
Подъем тул. из пол. лежа	60	50	40	30	20

Итоговый суммарный балл студента, полученный при прохождении промежуточной аттестации, переводится в традиционную форму по системе «зачтено», «незачтено». Минимальное количество баллов для получения зачета по практическим нормативам:

Оценочная сумма баллов			
1, 2 семестр	3, 4 семестр	5, 6 семестр	7, 8 семестр
13	15	17	19

б) описание критериев и шкалы оценивания теоретического курса:

Оценка	Характеристика ответа
«зачтено»	Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, приведены примеры из разных литературных источников. Доказательно раскрыты основные положения вопросов; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений.
«незачтено»	Ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения.

Оценка	Характеристика ответа
	Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента. Ответ на вопрос полностью отсутствует. Отказ от ответа

4. ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ИЛИ ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

4.1. Промежуточная аттестация (зачет)

Коды компетенций	Результаты освоения ОПОП Содержание компетенций
ОК-7	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

а) типовые контрольные вопросы по теоретическому курсу:

1. Что является целью физического воспитания?
2. Каковы отличительные черты соревновательной деятельности?
3. Какие изменения в функциональном состоянии человека вызывает соревновательная обстановка?
4. Что такое массовый спорт (спорт для всех)?
5. Что такое спорт высших достижений (олимпийский спорт)?
6. Чем отличается физическое упражнение от трудового двигательного действия?
7. Какие физические упражнения применяются для развития быстроты?
8. Зависит ли гибкость от возраста человека?
9. С какой частотой сердечных сокращений (ЧСС) необходимо выполнять упражнения аэробного характера для поддержания аэробных возможностей человека?
10. Можно ли сегодня рассматривать традиционную утреннюю гигиеническую гимнастику как эффективное средство поддержания здоровья и работоспособности (физической и умственной)?
11. Что такое производственная гимнастика?
12. Какие основные физиологические показатели необходимо учитывать при оценке степени тяжести труда?
13. Основные положения методики закаливания.
14. Роль личности руководителя во внедрении физкультуры в производственный коллектив.
15. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.