

Приложение 2 к РПД Физическая культура и спорт
09.03.02 Информационные системы и технологии
Направление (профиль) Информационные системы и технологии
Форма обучения – очная
Год набора - 2015

**ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ
АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

1. Общие сведения

1.	Кафедра	Общих дисциплин
2.	Направление подготовки	09.03.02 Информационные системы и технологии
3.	Направленность (профиль)	Информационные системы и технологии
4.	Дисциплина (модуль)	Физическая культура и спорт
5.	Форма обучения	очная
6.	Год набора	2015

2. Перечень компетенций

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">– уметь применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для интеллектуального развития, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования (ОК-6);– владеть средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-11). |
|---|

3. Критерии и показатели оценивания компетенций на различных этапах их формирования

Этап формирования компетенции (разделы, темы дисциплины)	Формируемая компетенция	Критерии и показатели оценивания компетенций			Формы контроля сформированности компетенций
		Знать:	Уметь:	Владеть:	
1 курс 1 семестр					
1. Техника выполнения легкоатлетических упражнений.	ОК-6 ОК-11	значение упражнений легкой атлетики для повышения функциональных и двигательных возможностей своего организма.	регулировать физическую нагрузку при выполнении упражнений легкой атлетики; отбирать упражнения легкой атлетики для повышения физической подготовленности.	правильной техникой выполнения упражнений легкой атлетики при сдаче контрольных нормативов.	Легкая атлетика (сдача контрольных нормативов)
2. Техника выполнения различных способов передвижения на лыжах.	ОК-6 ОК-11	требования техники безопасности при занятиях лыжной подготовкой; основные понятия; особенности выбора лыжного инвентаря; требования, предъявляемые к местам занятий.	переходить с одного лыжного хода на другой; преодолевать спуски и подъемы на лыжах, выполнять повороты в движении.	правильной техникой различными способами передвижения на лыжах во время преодоления дистанции 5 км по естественному рельефу	Лыжный спорт (сдача контрольных нормативов)
3. Техника выполнения элементов игры «Волейбол».	ОК-6 ОК-11	правила игры в волейбол, требования техники безопасности к занятиям волейболом. Владеет основными понятиями.	использовать приемы волейбола для развития физических качеств, укрепления опорно-двигательного аппарата.	правильной техникой выполнения приемов волейбола во время сдачи контрольных нормативов (стойки и перемещения, передачи мяча, подачи).	Спортивные игры (волейбол) (сдача контрольных нормативов)
2 курс 1 семестр					
4. Техника выполнения упражнений атлетической гимнастики.	ОК-6 ОК-11	средства и методы атлетической гимнастики, а также возможности их применения для физического совершенствования.	регулировать физическую нагрузку при выполнении упражнений атлетической гимнастики; использовать упражнения атлетической гимнастики для укрепления и сохранения здоровья, развития основных физических качеств.	правильной техникой выполнения приемов футбола при сдаче контрольных нормативов.	Атлетическая гимнастика (сдача контрольных нормативов)
5. Техника выполнения различных способов передвижения на лыжах.	ОК-6 ОК-11	требования техники безопасности при занятиях лыжной подготовкой; основные понятия; особенности выбора	переходить с одного лыжного хода на другой; преодолевать спуски и подъемы на лыжах, выполнять повороты в	правильной техникой различными способами передвижения на лыжах во время преодоления дистанции 5 км по	Лыжный спорт (сдача контрольных нормативов)

Этап формирования компетенции (разделы, темы дисциплины)	Формируемая компетенция	Критерии и показатели оценивания компетенций			Формы контроля сформированности компетенций
		Знать:	Уметь:	Владеть:	
		лыжного инвентаря; требования, предъявляемые к местам занятий.	движении.	естественному рельефу.	
6. Техника выполнения элементов игры «Баскетбол».	ОК-6 ОК-11	Правила игры в баскетбол, требования техники безопасности к занятиям баскетболом. Владеет основными понятиями.	Использовать приемы игры в баскетбол для развития физических качеств, укрепления опорно-двигательного аппарата, воспитания волевых качеств.	Правильной техникой выполнения приемов игры в баскетбол во время сдачи контрольных нормативов (стойки, перемещения, передачи и броски мяча).	Спортивные игры (баскетбол) (сдача контрольных нормативов)

4. Критерии и шкалы оценивания

4.1. Контрольные нормативы сдаются в течение семестра

Лыжный спорт							
Основная группа							
Юноши	Бег на лыжах 5 км (мин, с)	28.30 и более	27.45	26.25	25.00	23.50	
Девушки	Бег на лыжах 3 км (мин, с)	21.00 и более	20.00	19.30	18.30	18.00	
Баллы		5	10	15	20	25	
Подготовительная группа							
Бег на лыжах 3 км без учета времени		25					
Специальная группа							
1.	Знание техники безопасности на занятиях по лыжной подготовке	15					
	ЛФК (составление комплекса подводящих упражнений по направлению подготовки)	10					
Итого баллов		25					
Атлетическая гимнастика							
Основная группа							
Юноши	1.	Подтягивание на перекладине (число раз)	5 и менее	7	9	12	15
		Баллы	1	2	3	4	5
	2.	Прыжки в длину с места (см)	215 и менее	223	230	240	250
		Баллы	1	2	3	4	5
	3.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (число раз)	5	7	9	12	15
		Баллы	1	2	3	4	5
Итого баллов		3	12	9	12	15	
Девушки	1.	Поднимание туловища из положения “лежа на спине”, руки за головой, ноги закреплены (число раз)	20 и менее	30	40	50	60
		Баллы	1	2	3	4	5
	2.	Прыжки в длину с места (см)	150 и менее	160	168	180	190
		Баллы	1	2	3	4	5
	3.	Приседание на одной ноге с опорой рукой о стенку (число раз)	4 и менее	6	8	10	12
		Баллы	1	2	3	4	5
Итого баллов		3	12	9	12	15	
Подготовительная группа							
1.	Выполнение поднимания туловища из положения “лежа на спине” с демонстрацией техники		5				
2.	Выполнение прыжка в длину с места с демонстрацией техники		5				
3.	Выполнение сгибаний и разгибание рук из положения лежа с демонстрацией техники		5				
Итого баллов		15					
Специальная группа							
1.	Знание техники безопасности на занятиях по атлетической гимнастике		5				
2.	ЛФК (составление комплекса		5				

	подводящих упражнений по направлению подготовки)					
3.	Подготовка реферата по виду спорта атлетическая гимнастика		5			
Итого баллов			15			
Легкая атлетика						
Основная группа						
Юноши	Бег 100 м (с)	14,6 и более	14,3	14,0	13,6	13,2
	Баллы	3	6	9	12	15
Девушки	Бег 100 м (с)	18,7 и более	17,9	17,0	16,0	15,7
	Баллы	3	6	9	12	15
Подготовительная группа						
Бег 100 м без учета времени		15				
Специальная группа						
Знание техники безопасности на занятиях по легкоатлетической подготовке		15				
Спортивные игры						
Основная группа						
Баскетбол						
1.	Штрафные броски (попаданий из 10)	4 и менее	5		6	
	Баллы	1	3		5	
2.	Броски с 10 точек расположенных 4,5-5 м от корзины (попаданий из 10)	4 и менее	5		6	
	Баллы	1	3		5	
3.	Ведение и броски в движении (очков за бросок)	Выполнено за 10	Выполнено за 13		Выполнено за 16	
	Баллы	1	3		5	
4.	Челночный бег с ведением мяча (оценка техники, кол-во ошибок)	4	2		0	
	Баллы	1	3		5	
Итого баллов		4	12		20	
Подготовительная группа						
Баскетбол						
1.	Выполнение штрафного броска с демонстрацией техники	5				
2.	Выполнение бросков с 10 точек расположенных 4,5-5 м от корзины с демонстрацией техники	5				
3.	Ведение и броски в движении с демонстрацией техники	5				
4.	Челночный бег с ведением мяча демонстрация техники	5				
Итого баллов		20				
Волейбол						
1.	Подача (попаданий из 6)	2	3		4	
	Баллы	1	3		5	
2.	Передачи над головой (выполнено передач из 10)	6	8		10	
	Баллы	1	3		5	
3.	Нападающий удар	выполнен правильно, свободно без нарушения структуры приема в пространстве и времени	выполнен правильно, с незначительными ошибками		прием выполнен в основном правильно, допущены 2 и более незначительные ошибки	
	Баллы	1	3		5	
4.	Передача снизу двумя руками над	8	10		12 и >	

	собой (кол-во раз, оценивается техника)			
	Баллы	1	3	5
Итого баллов		4	12	20
Подготовительная группа				
Волейбол				
1.	Выполнение подачи с демонстрацией техники		5	
2.	Выполнение передачи над головой с демонстрацией техники		5	
3.	Выполнение нападающего удара с демонстрацией техники		5	
4.	Выполнение передача снизу двумя руками над собой демонстрация техники		5	
Итого баллов			20	
Специальная мед. группа				
Волейбол и баскетбол				
1.	Знание техники безопасности при организации и проведении спортивных игр		5	
2.	Знание правил игры в баскетбол/волейбол		5	
3.	ЛФК (составление комплекса подводящих упражнений по направлению подготовки)		5	
4.	Подготовка реферата по технике игры в баскетбол / баскетбол		5	
	Итого баллов		20	

4.2. Для сдачи зачета обучающимся необходимо сдать реферат по темам(на усмотрение преподавателя)

Характеристики выполнения реферата	Баллы
1. Новизна реферированного текста: актуальность проблемы и темы; новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.	10
2. Степень раскрытия сущности проблемы: соответствие плана теме реферата; соответствие содержания теме и плану; полнота и глубина раскрытия основных понятий; обоснованность способов и методов работы с материалом; умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.	10
3. Обоснованность выбора источников: круг, полнота использования литературных источников по теме; привлечение новейших работ (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).	10
4. Соблюдение требований к оформлению: правильное оформление ссылок на используемую литературу; грамотность и культура изложения; владение терминологией и понятийным аппаратом; соблюдение требований к объему работы; культура оформления: выделение абзацев; использование информационных технологий.	5

5. Грамотность: отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; наличие литературного стиля изложения.	5
Максимальное количество баллов	40

5. Типовые контрольные задания и методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.

5.1. Примерная тематика рефератов для сдачи зачета:

1 курс 2 семестр

1. Содержательные особенности составляющих здорового образа жизни.
2. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие здорового образа жизни.
3. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния в период экзаменационной сессии.
4. Особенности рационального использования «малых форм» физической культуры в режиме учебного труда студентов.
5. Роль оздоровительно-спортивного лагеря в оптимизации условий жизнедеятельности студентов.
6. Цели и задачи общей физической подготовки (ОФП).
7. Цели и задачи специальной физической подготовки (СФП).
8. Профессионально-прикладная физическая подготовка.
9. Цели и задачи спортивной подготовки.
10. Формы занятий физическими упражнениями.

2 курс 4 семестр

1. Педагогический контроль, его содержание и виды.
2. Врачебно-педагогический контроль, его содержание.
3. Самоконтроль, его цели, задачи и методы исследования. Дневник самоконтроля.
4. Краткая историческая справка о направленном использовании физических упражнений для подготовки к труду.
5. Обеспечение высокого уровня интенсивности и индивидуальной производительности труда будущих специалистов.
6. Определение понятия ППФП, ее цели и задачи. Место ППФП в системе физического воспитания.
7. Организация и формы ППФП в вузе.
8. Система контроля ППФП студентов.
9. Производственная физическая культура, ее цель и задачи.
10. Производственная физическая культура в рабочее время.
11. Физическая культура и спорт в свободное время.
12. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
09.03.02 — Информационные системы и технологии,
Направленность (профиль) «Информационные системы и технологии»

(код, направление, профиль)

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Шифр дисциплины по РУП			Б1.Б.23												
Дисциплина		Физическая культура и спорт													
Курс	1	семестр		2											
Кафедра		Общих дисциплин													
Ф.И.О. преподавателя, звание, должность				Барашин Геннадий Николаевич, старший преподаватель кафедры общих дисциплин											
Общ. трудоемкость _{час/ЗЕТ}			36/1		Кол-во семестров		1	Форма контроля		Зачет					
ЛК _{общ./тек. сем.}		-/-		ПР/СМ _{общ./тек. сем.}		72/36		ЛБ _{общ./тек. сем.}		-/-		СРС _{общ./тек. сем.}		-/-	

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

– уметь применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для интеллектуального развития, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования (ОК-6)
– владеть средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-11).

Код формируемой компетенции	Содержание задания	Количество мероприятий	Максимальное количество баллов	Срок предоставления
Вводный блок				
ОК-6 ОК-11	Инструктаж по технике безопасности при занятиях на улице и в спортивных залах	3		Первое занятие (при смене видов спорта)
Основной блок				
ОК-6 ОК-11	Лыжный спорт (сдача контрольных нормативов)	1	25	По расписанию
ОК-6 ОК-11	Спортивные игры (волейбол) (сдача контрольных нормативов)	4	20	По расписанию
ОК-6 ОК-11	Легкая атлетика (сдача контрольных нормативов)	1	15	По расписанию
Всего:			60	
Зачет (реферат)			40	По расписанию
Итого:			100	
Дополнительный блок				
ОК-6 ОК-11	Участие в спортивных соревнованиях (в качестве участника, судьи, технического секретаря, волонтера и т.п.)		5	по согласованию с преподавателем
ОК-6 ОК-11	Организационная деятельность (помощь в организации и проведении физкультурно- оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в качестве судьи, технического секретаря,		5	

Код формируемой компетенции	Содержание задания	Количество мероприятий	Максимальное количество баллов	Срок предоставления
	волонтера и т.п.)			
ОК-6 ОК-11	Дополнительные занятия в спортивных секциях МАГУ		5	
Всего:			15	

Шкала оценивания в рамках балльно-рейтинговой системы МАГУ: «2» - 60 баллов и менее, «3» - 61-80 баллов, «4» - 81-90 баллов, «5» - 91-100 баллов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Шифр дисциплины по РУП			Б1.Б.23				
Дисциплина		Физическая культура и спорт					
Курс	2	семестр	4				
Кафедра	Общих дисциплин						
Ф.И.О. преподавателя, звание, должность			Барашин Геннадий Николаевич, старший преподаватель кафедры общих дисциплин				
Общ. трудоемкость _{час/ЗЕТ}		36/1	Кол-во семестров		1	Форма контроля	Зачет
ЛК _{общ./тек. сем.}	-/-	ПР/СМ _{общ./тек. сем.}	72/36	ЛБ _{общ./тек. сем.}	-/-	СРС _{общ./тек. сем.}	-/-

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

- уметь применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для интеллектуального развития, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования (ОК-6)
- владеть средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-11).

Код формируемой компетенции	Содержание задания	Количество мероприятий	Максимальное количество баллов	Срок предоставления
Вводный блок				
ОК-6 ОК-11	Инструктаж по технике безопасности при занятиях на улице и в спортивных залах	3		Первое занятие (при смене видов спорта)
Основной блок				
ОК-6 ОК-11	Лыжный спорт (сдача контрольных нормативов)	1	25	По расписанию
ОК-6 ОК-11	Спортивные игры (баскетбол) (сдача контрольных нормативов)	4	20	По расписанию
ОК-6 ОК-11	Атлетическая гимнастика (сдача контрольных нормативов)	3	15	По расписанию
Всего:			60	
Зачет (реферат)			40	По расписанию
Итого:			100	
Дополнительный блок				
ОК-6 ОК-11	Участие в спортивных соревнованиях (в качестве участника, судьи, технического секретаря, волонтера и т.п.)		5	по согласованию с преподавателем
ОК-6 ОК-11	Организационная деятельность (помощь в организации и проведении физкультурно- оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в качестве судьи, технического секретаря, волонтера и т.п.)		5	
ОК-6 ОК-11	Дополнительные занятия в спортивных секциях МАГУ		5	
Всего:			15	

Шкала оценивания в рамках балльно-рейтинговой системы МАГУ: «2» - 60 баллов и менее, «3» - 61-80 баллов, «4» - 81-90 баллов, «5» - 91-100 баллов.