

**Приложение 2 к РПД Элективные дисциплины(модули)по  
физической культуре и спорту  
Специальность 21.05.04 Горное дело  
Специализация №2 Подземная разработка рудных месторождений  
Форма обучения – заочная  
Год набора - 2017**

**ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ  
АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**1. Общие сведения**

|    |                     |                                                              |
|----|---------------------|--------------------------------------------------------------|
| 1. | Кафедра             | Общих дисциплин                                              |
| 2. | Специальность       | 21.05.04 Горное дело                                         |
| 3. | Специализация       | №2 Подземная разработка рудных месторождений                 |
| 4. | Дисциплина (модуль) | Элективные дисциплины(модули)по физической культуре и спорту |
| 5. | Форма обучения      | заочная                                                      |
| 6. | Год набора          | 2017                                                         |

**2. Перечень компетенций**

|                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| – способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8). |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

# 1. 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.Совершенствование техники выполнения легкоатлетических упражнений.                   | ОК-8                    | 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. Освоены специальные упражнения для развития общей и специальной выносливости, координационных способностей.     | Легкая атлетика                             |
| 2.Совершенствование техники выполнения упражнений атлетической гимнастики.             | ОК-8                    | 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 упражнений атлетической гимнастики. Определяет структуру и содержание занятий атлетической гимнастикой в зависимости от поставленных задач. | Атлетическая гимнастика                     |
| 3.Совершенствование техники выполнения различных элементов спортивной игры «Волейбол». | ОК-8                    | правила игры в волейбол, требования техники безопасности к занятиям волейболом. Понимает основные понятия.                                                                                                               | использовать приемы волейбола для развития физических качеств, укрепления опорно-двигательного аппарата.                                                                                                        | правильной техникой выполнения приемов волейбола во время занятий. Освоен комплекс подводящих упражнений по направлению подготовки.                                        | Спортивные игры (волейбол)                  |
| 4.Совершенствование техники выполнения различных способов передвижения на лыжах.       | ОК-8                    | требования техники безопасности при занятиях лыжной подготовкой; основные понятия; особенности выбора лыжного инвентаря; требования, предъявляемые к местам занятий. Знает классификацию способов передвижения на лыжах. | переходить с одного лыжного хода на другой; преодолевать спуски и подъемы на лыжах, выполнять повороты в движении.                                                                                              | различными способами передвижения на лыжах во время преодоления дистанций по естественному рельефу.                                                                        | Лыжный спорт                                |
| 5.Совершенствование техники выполнения                                                 | ОК-8                    | значение ОФП для обеспечения полноценной                                                                                                                                                                                 | личный опыт упражнений ОФП для повышения                                                                                                                                                                        | правильной техникой выполнения упражнений                                                                                                                                  |                                             |

| Этап формирования компетенции (разделы, темы дисциплины)                                                         | Формируемая компетенция | Критерии и показатели оценивания компетенций                                                                                                                              |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                    | Формы контроля сформированности компетенций |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
|                                                                                                                  |                         | Знать:                                                                                                                                                                    | Уметь:                                                                                                                                                     | Владеть:                                                                                                                           |                                             |
| упражнений ОФП.                                                                                                  |                         | социальной и профессиональной деятельности.                                                                                                                               | функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных целей.                                                                         | общей физической подготовки. Владеет специальными упражнениями для развития силы.                                                  |                                             |
| 6.Совершенствование техники выполнения различных элементов спортивной игры «Баскетбол».                          | ОК-8                    | требования техники безопасности на занятиях по баскетболу; основные понятия; правила игры; требования, предъявляемые данной спортивной игрой к способностям занимающихся. | выполнять стойки и перемещения; передачи на месте и в движении; броски в кольцо и др. приемы.                                                              | правильной техникой выполнения приемов баскетбола. Освоен комплекс подводящих упражнений по направлению подготовки.                | Спортивные игры (баскетбол)                 |
| 7.Совершенствование техники и методики обучения легкоатлетическим упражнениям. Прикладное значение/а упражнений. | ОК-8                    | 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. Воспроизводит комплекс подводящих упражнений по направлению подготовки. | Легкая атлетика                             |

## 2. Критерии и шкалы оценивания

### 4.1. Сдача контрольных нормативов в течение семестра:

| Лыжная подготовка                                                                   |                                                                             |               |       |       |       |       |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------|-------|-------|-------|-------|
| 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                                                                               |                                                                             | 1             | 2     | 3     | 4     | 5     |
| Подготовительная группа                                                             |                                                                             |               |       |       |       |       |
| Бег на лыжах 3 км без учета времени                                                 |                                                                             | 5             |       |       |       |       |
| Специальная группа                                                                  |                                                                             |               |       |       |       |       |
| Знание техники безопасности на занятиях по лыжной подготовке                        |                                                                             | 2             |       |       |       |       |
| ЛФК (составление комплекса подводящих упражнений по направлению подготовки)         |                                                                             | 3             |       |       |       |       |
| Итого баллов                                                                        |                                                                             | 5             |       |       |       |       |
| Атлетическая гимнастика                                                             |                                                                             |               |       |       |       |       |
| Основная группа                                                                     |                                                                             |               |       |       |       |       |
| Юноши                                                                               | Подъем на перекладине (кол-во раз)                                          | 4 и менее     | 6     | 8     | 10    | 12    |
|                                                                                     | Баллы                                                                       | 1             | 2     | 3     | 4     | 5     |
|                                                                                     |                                                                             |               |       |       |       |       |
|                                                                                     | Прыжок в длину с места (см)                                                 | 190 и менее   | 200   | 210   | 220   | 230   |
|                                                                                     | Баллы                                                                       | 1             | 2     | 3     | 4     | 5     |
|                                                                                     |                                                                             |               |       |       |       |       |
|                                                                                     | Упражнение «Держание угла» (сек)                                            | 5             | 7     | 9     | 12    | 15    |
| Баллы                                                                               | 1                                                                           | 2             | 3     | 4     | 5     |       |
| Итого баллов:                                                                       |                                                                             | 3             | 6     | 9     | 12    | 15    |
| Девушки                                                                             | Поднимание туловища из положения “лежа на спине”, (кол-во раз за 30 секунд) | 14            | 20    | 22    | 24    | 26    |
|                                                                                     | Баллы                                                                       | 1             | 2     | 3     | 4     | 5     |
|                                                                                     |                                                                             |               |       |       |       |       |
|                                                                                     | Прыжки в длину с места (см)                                                 | 140 и менее   | 150   | 160   | 170   | 180   |
|                                                                                     | Баллы                                                                       | 1             | 2     | 3     | 4     | 5     |
|                                                                                     |                                                                             |               |       |       |       |       |
|                                                                                     | Приседание (кол-во раз, 30 секунд)                                          | 16            | 19    | 21    | 23    | 27    |
| Баллы                                                                               | 1                                                                           | 2             | 3     | 4     | 5     |       |
| Итого баллов:                                                                       |                                                                             | 3             | 6     | 9     | 12    | 15    |
| Подготовительная группа                                                             |                                                                             |               |       |       |       |       |
| Выполнение поднимания туловища из положения “лежа на спине” с демонстрацией техники |                                                                             |               | 5     |       |       |       |
| Выполнение прыжка в длину с места с демонстрацией техники                           |                                                                             |               | 5     |       |       |       |
| Выполнение сгибаний и разгибание рук из                                             |                                                                             |               | 5     |       |       |       |

|                                                                                        |                     |                 |                 |                 |       |       |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-------|-------|
| положения лежа с демонстрацией техники                                                 |                     |                 |                 |                 |       |       |
| Итого баллов                                                                           |                     |                 | 15              |                 |       |       |
| Специальная группа                                                                     |                     |                 |                 |                 |       |       |
| Знание техники безопасности на занятиях по атлетической гимнастике                     |                     |                 | 7               |                 |       |       |
| ЛФК (составление комплекса подводящих упражнений по направлению подготовки)            |                     |                 | 8               |                 |       |       |
| 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    |
|                                                                                        | Бег 3000 м (мин, с) | 14.30 и более   | 13.50           | 13.10           | 12.35 | 12.00 |
|                                                                                        | Баллы               | 3               | 6               | 9               | 12    | 15    |
| Итого баллов                                                                           |                     | 6               | 12              | 18              | 24    | 30    |
| Девушки                                                                                | Бег 100 м(с)        | 18,7 и более    | 17,9            | 17,0            | 16,0  | 15,7  |
|                                                                                        | Баллы               | 3               | 6               | 9               | 12    | 15    |
|                                                                                        | Бег 2000 м (мин, с) | 12.10 и более   | 11.50           | 11.15           | 10.50 | 10.15 |
|                                                                                        | Баллы               | 3               | 6               | 9               | 12    | 15    |
| Итого баллов                                                                           |                     | 6               | 12              | 18              | 24    | 30    |
| Подготовительная группа                                                                |                     |                 |                 |                 |       |       |
| Бег 100 м без учета времени                                                            |                     |                 | 15              |                 |       |       |
| Бег 2000 м без учета времени                                                           |                     |                 | 15              |                 |       |       |
| Итого баллов                                                                           |                     |                 | 30              |                 |       |       |
| Специальная группа                                                                     |                     |                 |                 |                 |       |       |
| Знание техники безопасности на занятиях по легкоатлетической подготовке                |                     |                 | 15              |                 |       |       |
| ЛФК (составление комплекса подводящих упражнений по направлению подготовки)            |                     |                 | 15              |                 |       |       |
| Итого баллов                                                                           |                     |                 | 30              |                 |       |       |
| Спортивные игры                                                                        |                     |                 |                 |                 |       |       |
| Баскетбол                                                                              |                     |                 |                 |                 |       |       |
| Основная группа                                                                        |                     |                 |                 |                 |       |       |
| Штрафные броски (попаданий из 10)                                                      |                     | 4 и менее       | 5               | 6               |       |       |
| Баллы                                                                                  |                     | 1               | 3               | 5               |       |       |
| Броски с 10 точек расположенных 4,5-5 м от корзины (попаданий из 10)                   |                     | 4 и менее       | 5               | 6               |       |       |
| Баллы                                                                                  |                     | 1               | 3               | 5               |       |       |
| Ведение и броски в движении (очков за бросок)                                          |                     | Выполнено за 10 | Выполнено за 13 | Выполнено за 16 |       |       |
| Баллы                                                                                  |                     | 1               | 3               | 5               |       |       |
| Итого баллов                                                                           |                     | 3               | 9               | 15              |       |       |
| Подготовительная группа                                                                |                     |                 |                 |                 |       |       |
| Выполнение штрафного броска с демонстрацией техники                                    |                     | 5               |                 |                 |       |       |
| Выполнение бросков с 10 точек расположенных 4,5-5 м от корзины с демонстрацией техники |                     | 5               |                 |                 |       |       |
| Ведение и броски в движении с демонстрацией техники                                    |                     | 5               |                 |                 |       |       |
| Итого баллов                                                                           |                     | 15              |                 |                 |       |       |
| Специальная группа                                                                     |                     |                 |                 |                 |       |       |
| Знание техники безопасности при организации и проведении спортивных игр                |                     | 5               |                 |                 |       |       |
| Знание правил игры в баскетбол                                                         |                     | 5               |                 |                 |       |       |

|                                                                             |                                                                                      |                                                |                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| ЛФК (составление комплекса подводящих упражнений по направлению подготовки) | 5                                                                                    |                                                |                                                                               |
| Итого баллов                                                                | 15                                                                                   |                                                |                                                                               |
| Волейбол                                                                    |                                                                                      |                                                |                                                                               |
| Основная группа                                                             |                                                                                      |                                                |                                                                               |
| Подача (попаданий из 6)                                                     | 2                                                                                    | 3                                              | 4                                                                             |
| Баллы                                                                       | 1                                                                                    | 3                                              | 5                                                                             |
| Передача над головой (выполнено передач из 10)                              | 6                                                                                    | 8                                              | 10                                                                            |
| Баллы                                                                       | 1                                                                                    | 3                                              | 5                                                                             |
| 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                                                                             |
| Итого баллов                                                                | 3                                                                                    | 9                                              | 15                                                                            |
| Подготовительная группа                                                     |                                                                                      |                                                |                                                                               |
| Выполнение подачи с демонстрацией техники                                   | 5                                                                                    |                                                |                                                                               |
| Выполнение передачи над головой с демонстрацией техники                     | 5                                                                                    |                                                |                                                                               |
| Выполнение нападающего удара с демонстрацией техники                        | 5                                                                                    |                                                |                                                                               |
| Итого баллов                                                                | 15                                                                                   |                                                |                                                                               |
| Специальная группа                                                          |                                                                                      |                                                |                                                                               |
| Знание техники безопасности при организации и проведении спортивных игр     | 5                                                                                    |                                                |                                                                               |
| Знание правил игры в волейбол                                               | 5                                                                                    |                                                |                                                                               |
| ЛФК (составление комплекса подводящих упражнений по направлению подготовки) | 5                                                                                    |                                                |                                                                               |
| Итого баллов                                                                | 15                                                                                   |                                                |                                                                               |

#### 4.2. Баллы, получаемые на зачете:

На зачете обучающийся относящийся к основной и подготовительной группе сдает 6 нормативов из общего блока и по 2 норматива из блока спортивных игр. **Максимальный балл – 40.**

Обучающиеся относящиеся к специальной мед. группе для сдачи зачета подготавливают доклад и презентацию (**максимальный балл – 40**) по темам на усмотрение преподавателя.

Обучающийся из **общего блока** может набрать – **30 баллов.**

| №               | Нормативы / баллы                                                       | Юноши |     |     |     |     | Девушки |     |     |     |     |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------|-------|-----|-----|-----|-----|---------|-----|-----|-----|-----|
|                 |                                                                         | 5     | 4   | 3   | 2   | 1   | 5       | 4   | 3   | 2   | 1   |
| Основная группа |                                                                         |       |     |     |     |     |         |     |     |     |     |
| Общий блок      |                                                                         |       |     |     |     |     |         |     |     |     |     |
| 1.              | Сгибание и разгибание рук в упоре на коленях (кол-во раз, за 30 секунд) | -     | -   | -   | -   | -   | 20      | 18  | 16  | 14  | 12  |
|                 | Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (число раз)                | 15    | 12  | 9   | 7   | 5   | -       | -   | -   | -   | -   |
| 2.              | Прыжки в длину с места (см.)                                            | 230   | 220 | 210 | 200 | 190 | 180     | 170 | 160 | 150 | 140 |
| 3.              | Приседание (кол-во раз, 30 секунд)                                      | 30    | 26  | 24  | 23  | 21  | 27      | 23  | 21  | 19  | 16  |

|                         |                                                                                     |                      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 4.                      | «Челночный бег» 3*10 м. (с учетом времени)                                          | 7,6                  | 7,9 | 8,2 | 8,5 | 8,8 | 8,8 | 9,0 | 9,2 | 9,5 | 9,8 |
| 5.                      | Подъем ног из положения лежа на спине до угла 90 (кол-во раз за 30 секунд)          | 26                   | 24  | 20  | 18  | 16  | 22  | 20  | 16  | 14  | 12  |
| 6.                      | Прыжки со скакалкой (кол-во раз, 60 секунд)                                         | 130                  | 110 | 90  | 80  | 70  | 120 | 100 | 80  | 70  | 60  |
| Итого за общий блок:    |                                                                                     | 30                   |     |     |     |     | 30  |     |     |     |     |
| Подготовительная группа |                                                                                     |                      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| 1.                      | Бег 100 м без учета времени                                                         |                      |     |     |     |     |     |     |     |     | 5   |
| 2.                      | Прыжки со скакалкойоценивается техника                                              |                      |     |     |     |     |     |     |     |     | 5   |
| 3.                      | Выполнение сгибаний и разгибание рук из положения лежа с демонстрацией техники      |                      |     |     |     |     |     |     |     |     | 5   |
| 4.                      | Выполнение поднимания туловища из положения “лежа на спине” с демонстрацией техники |                      |     |     |     |     |     |     |     |     | 5   |
| 5.                      | Выполнение прыжка в длину с места с демонстрацией техники                           |                      |     |     |     |     |     |     |     |     | 5   |
|                         |                                                                                     | Итого за общий блок: |     |     |     |     |     |     |     |     | 30  |

Преподаватель выбирает вид спортивных игр (баскетбол/волейбол) и обучающийся сдает нормативы из выбранного блока. **Максимальный балл – 10.**

| Блок спортивные игры    |                                                                          |                 |    |    |    |     |         |    |    |    |     |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------|----|----|----|-----|---------|----|----|----|-----|
| Основная группа         |                                                                          |                 |    |    |    |     |         |    |    |    |     |
| Волейбол                |                                                                          |                 |    |    |    |     |         |    |    |    |     |
| №                       | Нормативы / баллы                                                        | Юноши и девушки |    |    |    |     |         |    |    |    |     |
|                         |                                                                          | 5               | 4  | 3  | 2  | 1   |         |    |    |    |     |
| 1.                      | Передача сверху двумя руками над собой (кол-во раз, оценивается техника) | 12 и >          | 10 | 8  | 6  | 4   |         |    |    |    |     |
| 2.                      | Передача снизу двумя руками над собой (кол-во раз, оценивается техника)  | 12 и >          | 10 | 8  | 6  | 4   |         |    |    |    |     |
| Итого за волейбол:      |                                                                          |                 |    |    |    | 10  |         |    |    |    |     |
| Подготовительная группа |                                                                          |                 |    |    |    |     |         |    |    |    |     |
| №                       | Нормативы                                                                |                 |    |    |    |     |         |    |    |    |     |
| 1.                      | Выполнение подачи с демонстрацией техники                                |                 |    |    |    | 5   |         |    |    |    |     |
| 2.                      | Выполнение передачи над головой с демонстрацией техники                  |                 |    |    |    | 5   |         |    |    |    |     |
|                         | Итого за волейбол:                                                       |                 |    |    |    | 10  |         |    |    |    |     |
| Основная группа         |                                                                          |                 |    |    |    |     |         |    |    |    |     |
| Баскетбол               |                                                                          |                 |    |    |    |     |         |    |    |    |     |
| №                       | Нормативы / баллы                                                        | Юноши           |    |    |    |     | Девушки |    |    |    |     |
|                         |                                                                          | 5               | 4  | 3  | 2  | 1   | 5       | 4  | 3  | 2  | 1   |
| 1.                      | Передача мяча в стену (кол-во раз, 30 секунд, расстояние от стены – 3 м) | 30              | 28 | 25 | 20 | <20 | 28      | 25 | 20 | 18 | <18 |
| 2.                      | Челночный бег с ведением мяча (оценка техники, кол-во ошибок)            | 0               | 1  | 2  | 3  | 4   | 1       | 2  | 3  | 4  | 5   |
| Итого за волейбол:      |                                                                          |                 |    |    |    | 10  |         |    |    |    |     |
| Баскетбол               |                                                                          |                 |    |    |    |     |         |    |    |    |     |
| 1.                      | Ведение и броски в движении с демонстрацией техники                      |                 |    |    |    | 5   |         |    |    |    |     |
| 2.                      | Выполнение штрафного броска с демонстрацией техники                      |                 |    |    |    | 5   |         |    |    |    |     |
| Итого за баскетбол:     |                                                                          |                 |    |    |    | 10  |         |    |    |    |     |

#### 4.3. Выступление с докладом и подготовка презентации

| Баллы     | Характеристики выступления обучающегося                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>30</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>— обучающийся глубоко и всесторонне усвоил проблему;</li> <li>— уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает;</li> <li>— опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической</li> </ul> |

| <b>Баллы</b> | <b>Характеристики выступления обучающегося</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              | деятельностью;<br>— умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи;<br>— делает выводы и обобщения;<br>— свободно владеет понятиями                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>20</b>    | — обучающийся твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы;<br>— не допускает существенных неточностей;<br>— увязывает усвоенные знания с практической деятельностью;<br>— аргументирует научные положения;<br>— делает выводы и обобщения;<br>— владеет системой основных понятий                                                                                 |
| <b>10</b>    | — тема раскрыта недостаточно четко и полно, то есть обучающийся освоил проблему, по существу излагает ее, опираясь на знания только основной литературы;<br>— допускает несущественные ошибки и неточности;<br>— испытывает затруднения в практическом применении знаний;<br>— слабо аргументирует научные положения;<br>— затрудняется в формулировании выводов и обобщений;<br>— частично владеет системой понятий |
| <b>0</b>     | — обучающийся не усвоил значительной части проблемы;<br>— допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее;<br>— испытывает трудности в практическом применении знаний;<br>— не может аргументировать научные положения;<br>— не формулирует выводов и обобщений;<br>— не владеет понятийным аппаратом                                                                                                 |

| <b>Критерии оценки презентации</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Максимальное количество баллов</b> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| <b>Содержание</b> (конкретно сформулирована цель работы, понятны задачи и ход работы, информация изложена полно и четко, сделаны аргументированные выводы)                                                                                                                                                              | <b>10</b>                             |
| <b>Оформление презентации</b> (единый стиль оформления; текст легко читается; фон сочетается с текстом и графикой; все параметры шрифта хорошо подобраны; размер шрифта оптимальный и одинаковый на всех слайдах; ключевые слова в тексте выделены; иллюстрации усиливают эффект восприятия текстовой части информации) | <b>10</b>                             |
| <b>Эффект презентации</b> (общее впечатление от просмотра презентации)                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>10</b>                             |
| <b>Максимальное количество баллов</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>30</b>                             |

**3. 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 обучающихся временно освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья**

#### **Тема I**

Диагноз и краткая характеристика заболевания обучающегося. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.

#### **Тема II**

Медицинское противопоказание занятий физическими упражнениями в основной группе. Лечебная физическая культура при основном заболевании. Адаптивная физическая культура при различных заболеваниях.

#### **Тема III**

Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений (с указанием примерной дозировки) при основном заболевании.

#### **Тема IV**

Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием примерной дозировки).

### **5.2. Вопросы к зачету**

1. Роль физической культуры и спорта в развитии общества.
2. Социальные функции физической культуры и спорта.
3. Роль физической культуры и спорта в подготовке обучающихся к профессиональной деятельности и жизненным экстремальным ситуациям.
4. Основные положения организации физического воспитания в вузе.
5. Природные и социально-экологические факторы, влияющие на организм и жизнедеятельность человека.
6. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека.
7. Средства физической культуры.
8. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
9. Влияние условий окружающей среды на здоровье.
10. Направленность образа жизни обучающихся, ее характеристика. Способы регуляции образа жизни.
11. Массовый спорт, его цели и задачи.
12. Спорт высших достижений.
13. Студенческий спорт. Его организационные особенности.
14. Обоснование индивидуального выбора видов спорта или систем физических упражнений.
15. Организационные основы занятий различными оздоровительными системами в свободное время обучающихся.
16. Характеристика возможностей влияния избранного вида спорта (системы физических упражнений) на физическое развитие, функциональную подготовленность, психические качества и свойства личности.
17. Виды и методы контроля тренировочных занятий в избранном виде спорта (системе физических упражнений).
18. Календарь студенческих внутривузовских и вневузовских соревнований по избранному виду спорта.
19. Самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями.
20. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физической культурой и спортом, его содержание и периодичность.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**  
**21.05.04 Горное дело**  
**Специализация №2 Подземная разработка рудных месторождений**

(код, направление, профиль)

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА**

|                                         |                 |                                                                |                                                                            |                              |     |                               |           |
|-----------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----|-------------------------------|-----------|
| Шифр дисциплины по РУП                  |                 |                                                                |                                                                            |                              |     |                               |           |
| Дисциплина                              |                 | Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту |                                                                            |                              |     |                               |           |
| Курс                                    | 1, 2, 3         | семестры                                                       | 1, 2, 3, 4, 5, 6                                                           |                              |     |                               |           |
| Кафедра                                 | Общих дисциплин |                                                                |                                                                            |                              |     |                               |           |
| Ф.И.О. преподавателя, звание, должность |                 |                                                                | Барашин Геннадий Николаевич, старший преподаватель кафедры общих дисциплин |                              |     |                               |           |
|                                         |                 |                                                                |                                                                            |                              |     |                               |           |
| Общ. трудоемкость <sub>час/ЗЕТ</sub>    |                 | -/-                                                            | Кол-во семестров                                                           |                              | 6   | Форма контроля                | Зачет 4/4 |
| ЛК <sub>общ./тек. сем.</sub>            | -/-             | ПР/СМ <sub>общ./тек. сем.</sub>                                | -/-                                                                        | ЛБ <sub>общ./тек. сем.</sub> | -/- | СРС <sub>общ./тек. сем.</sub> | 324/324   |

**Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:**

– способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

| Код формируемой компетенции | Содержание задания                                                                                                                                                                         | Количество мероприятий | Максимальное количество баллов | Срок предоставления              |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------|----------------------------------|
| <b>Вводный блок</b>         |                                                                                                                                                                                            |                        |                                |                                  |
| Не предусмотрен             |                                                                                                                                                                                            |                        |                                |                                  |
| <b>Основной блок</b>        |                                                                                                                                                                                            |                        |                                |                                  |
| ОК-8                        | Легкая атлетика                                                                                                                                                                            | 2                      | 30                             | По расписанию                    |
| ОК-8                        | Спортивные игры (волейбол)                                                                                                                                                                 | 3                      | 15                             | По расписанию                    |
| ОК-8                        | Атлетическая гимнастика                                                                                                                                                                    | 3                      | 15                             | По расписанию                    |
| <b>Всего:</b>               |                                                                                                                                                                                            |                        | <b>60</b>                      |                                  |
| <b>Зачет</b>                |                                                                                                                                                                                            |                        | <b>40</b>                      |                                  |
| <b>Итого:</b>               |                                                                                                                                                                                            |                        | <b>100</b>                     |                                  |
| <b>Дополнительный блок</b>  |                                                                                                                                                                                            |                        |                                |                                  |
| ОК-8                        | Участие в спортивных соревнованиях (в качестве участника, судьи, технического секретаря, волонтера и т.п.)                                                                                 |                        | 5                              | по согласованию с преподавателем |
| ОК-8                        | Организационная деятельность (помощь в организации и проведении физкультурно- оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в качестве судьи, технического секретаря, волонтера и т.п.) |                        | 5                              |                                  |
| ОК-8                        | Дополнительные занятия в спортивных секциях МАГУ                                                                                                                                           |                        | 5                              |                                  |
| <b>Всего:</b>               |                                                                                                                                                                                            |                        | <b>15</b>                      |                                  |

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