МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный институт культуры»

Социально-гуманитарный факультет

Кафедра педагогики, психологии и физической культуры

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

по учебной дисциплине

**ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

Направление подготовки

**42.03.05 «Медиакоммуникации»**

Профили подготовки

**«Медиакоммуникации в коммерческой и социальной сферах»**

Квалификация (степень) выпускника

«бакалавр»

Форма обучения

очная, заочная

|  |  |
| --- | --- |
| Утвержден на заседании кафедры  19.05.2022 г., протокол № 9. | Составители: Урусов Г.К.,  Черных М.И. |

Кемерово

Ф**онд оценочных средств**

1. **Перечень оцениваемых компетенций:**

УК – 7 способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

1. **Критерии и показатели оценивания компетенций**

Обучающийся должен демонстрировать следующие результаты обучения по дисциплине:

### знать

### - основы и правила здорового образа жизни (З1);

### - значение физической культуры и спорта в формировании общей культуры личности, приобщении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий (З2).

### уметь

### - вести здоровый образ жизни, поддерживать уровень физической подготовки (У1);

### - проводить самостоятельные занятия физическими упражнениями и в спортивных секциях с общей развивающей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью (У2);

### - составлять индивидуальные комплексы физических упражнений с различной направленностью (У3).

### владеть

*-* навыками организации здорового образа жизни и спортивных занятий (В1);

*-* способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений и спорта (В2).

1. **Формируемые компетенции в структуре учебной дисциплины и средства их оценивания**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Разделы (темы) дисциплины** | **Код оцени-ваемой компетен-ции** | **Планируемые результаты** | **Оценочное средство** |
| 1 | Физическая культура в общекультурно й и профессиональной подготовке студентов. | УК-7 | З1, З2, У1, У2,У3, В1, В2. | Тесты по ОФП |
| 2. | Особенности занятий  избранным видом спорта или системой физических упражнений | УК-7 | З1, З2, У1, У2,У3, В1, В2. | Тесты по ОФП |
| 3. | Учет возрастных,  физиологических, гендерных и функциональных особенностей при занятиях физической культурой и спортом | УК-7 | З1, З2, У1, У2,У3, В1, В2. | Тесты по ОФП |
| 4. | Основы методики самостоятельных занятий  физическими упражнениями | УК – 7 | З1, З2, У1, У2,У3, В1, В2. | Тесты по ОФП |
| 5 | Студенческий спорт. Выбор видов спорта,  особенности занятий избранным видом спорта | УК – 7 | З1, З2, У1, У2,У3, В1, В2. | Тесты по ОФП и  спортивным играм |
| 6 | Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями | УК – 7 | З1, З2, У1, У2,У3, В1, В2. | Тесты по ОФП и  спортивным играм |
| 7 | Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)  студентов | УК – 7 | З1, З2, У1, У2,У3, В1, В2. | Тесты по ОФП и  спортивным играм |
| 8 | Возможность и условия коррекции  физического развития, телосложения, двигательной и функционально й подготовленности средствами физической культуры и спорта в  студенческом возрасте | УК – 7 |  | Рефераты, тесты по ОФП,  спортивны м играм |

1. **Оценочные средства по дисциплине для текущего контроля**

**4.1 Описание критериев оценивания компетенций на различных уровнях их формирования**

**При выставлении оценки преподаватель учитывает**: правильность выполнения спортивных заданий и упражнений, выполнение нормативов, систематичность занятий, логику, структуру ответа (при собеседовании), аргументированность ответа; уровень самостоятельного мышления.

**Нулевой уровень («неудовлетворительно»).** Результаты обучения свидетельствуют, что обучающийся:

* не владеет навыками занятий спортом и не посещает занятий;
* отказывается от попыток выполнения нормативов (согласно группе здоровья, возрасту).

**Первый уровень – пороговый («удовлетворительно»).** Достигнутый уровень оценки результатов обучения показывает, что обучающийся:

* обладает бессистемными знаниями, отличающимися поверхностью и малой содержательностью;
* занятиями спортом пренебрегает;
* спортивные нормативы выполняет на удовлетворительном уровне.

**Второй уровень повышенный («хорошо»).** Обучающийся на должном уровне:

* даёт содержательно полный ответ, требующий незначительных дополнений и уточнений, которые он может сделать самостоятельно после наводящих вопросов;
* демонстрирует увлеченность спортом и умение выполнять физические упражнения;
* проявляет интерес и увлеченность спортом, посещает спортивные секции;
* выполняет нормативы на хорошем спортивном уровне.

**Третий уровень продвинутый («отлично»).** Обучающийся, достигающий данного уровня:

* даёт полный, глубокий, логично выстроенный по содержанию вопроса ответ, не требующий дополнений и уточнений;
* систематически и на регулярной основе занимается спортом, участвует в спортивных соревнованиях;
* выполняет спортивные нормативы на высоком уровне.

**4.2** **Критерии оценивания реферата**

Знания, умения и навыки обучающихся при выполнении и защите учебного проекта определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», исходя из следующих критериев:

* качество и соответствие структуре реферата -1 балл,
* полнота раскрытия темы - 2 балла,
* объем работы, внешнее оформление, культура речи докладчика – 1 балл,
* выводы и предложения – 1 балл.

В итоге за выполнение реферата студент может получить максимально – 5 баллов, соответственно – минимально – 1 балл.

**4.3 Критерии оцениванияпрактических заданий**

В ходе освоения дисциплины предусмотрены практические занятия - комплексы спортивных упражнений.

***Критерии оценивания:***

* ***5 баллов*** *ставится в том случае, если:*

выполнены все задания в практической работе, обучающийся обнаруживает полное понимание материала, соблюдает требования к представлению результатов выполнения заданий практической работы;

* ***4 балла*** *ставится в том случае, если:*

выполнены все задания в практической работе, обучающийся соблюдает требования к представлению результатов выполнения заданий практической работы, однако допускает единичные ошибки, неточности;

* ***2 балла*** *ставится в том случае, если:*

выполнена большая часть заданий в практической работе, обучающийся знает и понимает основные положения данной темы, но допускает единичные ошибки; студент в целом соблюдает требования к представлению результатов выполнения заданий практической работы, но допускает единичные неточности;

* ***1 балл*** *ставится в том случае, если:*

выполнено меньше половины заданий практической работы, задания выполнены не в полном объеме или допущены ошибки, неточности, обучающийся нарушает требования к представлению результатов выполнения заданий практической работы;

* ***0 баллов*** *ставится в том случае, если:*

практическая работа не выполнена.

**5. Оценочные средства по дисциплине для промежуточной аттестации**

## 5.1. Вопросы к зачету

Обязательным условием получения зачета является выполнение всех практических заданий по курсу и прохождение тестовых заданий. Среднее арифметическое значение всех полученных оценок в ходе текущей аттестации может служить основанием для зачета.

## В тестовом задании представлены вопросы, которые имеют открытый и закрытый характер.

|  |  |
| --- | --- |
| **Вопрос** | **Ответ** |
| **1. Отметьте вид гимнастики, что относится к спортивным видам.**  1) Художественная гимнастика  2) Утренняя гимнастика  3) Лечебная гимнастика | **1.** Художественная гимнастика |
| **2. Является ли высокая физическая работоспособность показателем физически совершенного человека?**  1) Нет  2) Да | **2 .**Да |
| **3. Укажите, как называется привычное положение тела при сидении, стоянии, ходьбе и других видах деятельности, которое человек принимает без излишнего мышечного напряжения:**  1) Лордоз  2) Осанка  3) Кифоз | **2.** Осанка |
| **4. Где возникли первые формы организованного физического воспитания?**  1) Древний Египет  2) Древняя Греция  3) Китай | **2.** Древняя Греция |
| **5. Какое из перечисленных ниже физических упражнений относятся к циклическим?**  1) Метания 2) Прыжки 3) Кувырки 4) Бег | **4.** Бег |
| **6. Физические упражнения — это....**  1) Занятия спортом  2) Двигательные действия, которые выполняются специально и по правилам с целью улучшения здоровья.  3) Бег, метание, стрельба из лука, футбол, волейбол  4) Выполнение упражнений с максимальным усилием | **2.** Двигательные действия, которые выполняются специально и по правилам с целью улучшения здоровья |
| **7. Недостаток витаминов в организме человека называется:**  1)Авитаминоз; 2)Гиповитаминоз; 3)Гипервитаминоз; 4) Бактериоз. | **1.** Авитаминоз |
| **8. Динамометр служит для измерения показателей:**  1) Роста; 2) Жизненной емкости легких; 3) Силы воли; 4) Силы кисти. | **4.** Силы кисти |
| **9. Назовите самый весомый фактор, влияющий на здоровье**  1) состояние окружающей среды 2) генетика человека 3) образ жизни 4) медицина | **.3** образ жизни |
| **10. Укажите, какой части урока соответствует наиболее высокая моторная плотность:**  1) разминка; 2) основная часть; 3) заключительная часть; 4) заминка. | **2.** основная часть |

***Шкала оценивания***:

Результаты тестирования оцениваются в баллах в соответствии со следующими критериями:

* 100 - 90% (10 - 9 правильных ответов) - «отлично»;
* 89 - 75% (8 -7 правильных ответов) - «хорошо»;
* 74 - 50% (6 -5 правильных ответов) - «удовлетворительно»;
* 49 и ниже (4 и менее правильных ответов) - «неудовлетворительно».

**5.2 Методика и критерии оценки результатов обучения по дисциплине**

***Зачет по дисциплине принимается в форме собеседования (по вопросам), в ходе которого определяется*** уровень усвоения обучающимися материала, предусмотренного рабочей программой дисциплины.

**Общие правила оценки успеваемости обучающегося в течение семестра**

|  |  |
| --- | --- |
| *Виды работ* | *Количество баллов* |
| Выполнение практических работ – спортивных упражнений | Максимум 85 баллов |
| Реферат | Максимум 5 баллов |
| Тестирование | Максимум 10 баллов |
| *Итого за семестр:* | Максимум – 100 баллов |

***Критерии оценивания: з***нания, умения и навыки обучающихся при промежуточной аттестации в форме зачета определяются формами – «зачтено», «не зачтено».

1. Регулярное посещение учебных занятий;
2. Выполнение тестов и контрольных нормативов.

В течение семестра студенты сдают:

* 3 обязательных теста по общей физической подготовке (ОФП) и спортивным играм
* 2-3 норматива, утвержденных кафедрой.

Студенты, пропустившие более 50% занятий по уважительной причине, пишут рефераты по темам разработанных кафедрой (либо по согласованию с преподавателем) и могут быть освобождены от выполнения отдельных тестов на уровень физической подготовки.

Студенты, пропускающие занятия без уважительных причин, к сдаче тестов и нормативов по общефизической подготовке, без отработки пропущенных занятий, не допускаются.

Промежуточный контроль по итогам освоения дисциплины осуществляется в форме зачета.

*«Зачтено»* выставляется, если обучающийся достиг уровней формирования компетенций: продвинутый, повышенный, пороговый – обучающийся при ответе демонстрирует знание учебного материала, логично выстраивает свой ответ, владеет выполняет спортивные нормативы и спортивные упражнения на соответствующий уровень.

*«Не зачтено»* соответствует нулевому уровню формирования компетенций – обучающийся отвечает неуверенно, в ответе обнаруживаются пробелы в знаниях основного учебного материала, не выполняет практических заданий.

**Шкала перевода баллов в оценки при промежуточной аттестации в форме зачета**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Уровень формирования компетенции** | **Оценка** | **Минимальное количество баллов** | **Максимальное количество баллов** |
| **Продвинутый, повышенный, пороговый** | Зачтено | 60 | 100 |
| **Нулевой** | Не зачтено | 0 | 59 |