


Министерство сельского хозяйства РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный аграрный университет»
(ФГБОУ ВО СПбГАУ)

Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой



**ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

«Физическая культура и спорт»

(приложение к рабочей программе)

Направление подготовки бакалавра
38.03.04 Государственное и муниципальное управление

Тип образовательной программы
Академический бакалавриат

Направленность (профиль) образовательной программы
Муниципальное управление

Санкт-Петербург
2016

Автор

Доцент


(подпись)

Трясов В.Б.

Содержание

1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы	4
2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	5
3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы	12
4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций	14

1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины физическая культура направлен на формирование следующих компетенций, отраженных в карте компетенций:

Код компетенции	Наименование компетенции	Структурные элементы компетенции (знать, уметь, владеть)	формирования компетенции в процессе освоения образовательной программы	Виды занятий для формирования компетенции	средства для проверки формирования компетенции
ОК-8	<p>способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p><i>знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы физической культуры и ее социально-биологические основы; - основы здорового образа жизни . <p><i>уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать средства физической культуры для оптимизации работоспособности; - понимать роль физической культуры в развитии человека. <p><i>владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - системой умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств. 	<p>Очная форма обучения: 3,4,5,6 семестры</p> <p>Очно-заочная форма обучения: 3,4,5,6 семестры</p>	<p>Занятия лекционного типа</p> <p>Занятия лекционного типа и самостоятельная работа обучающихся</p>	<p>Вопросы промежуточного контроля</p> <p>Вопросы промежуточного контроля</p>

--	--	--	--	--	--

2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

2.1 Показатели и критерии оценивания компетенций

Компетенция	Этап формирования компетенции	Показатели и критерии оценивания				Оценочные средства для проверки формирования компетенции***	
		отсутствие усвоения (ниже порогового)	неполное усвоение (пороговое)	хорошее усвоение (углубленное)	отличное усвоение (продвинутое)	Текущий контроль	Промежуточная аттестация
ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.							
знать	3.4.5.6 семестры (очная форма)	- Не знает основы физической культуры и ее социально-биологические основы;	-Общие тенденции развития содержания физкультурного образования; -Этапы развития знания о физической культуре и общую характеристику генезиса его различных аспектов как проявление интегральной индивидуальности	-Общие тенденции развития содержания физкультурного образования; -Этапы развития знания о физической культуре и общую характеристику генезиса его различных аспектов как проявление интегральной индивидуальности	-Общие тенденции развития содержания физкультурного образования; -Этапы развития знания о физической культуре и общую характеристику генезиса его различных аспектов как проявление интегральной индивидуальности	Устный опрос	Вопросы промежуточного контроля
	3.4.5.6 семестры (очно-заочная)	- основы здорового образа жизни .					

	форма)		человека;	<p>человека;</p> <p>- Подходы к определению понятий "культура" и "физическая культура" на основе понимания сущности процесса культурного развития;</p> <p>-Интегративное содержание физической культуры, как вида культуры, проявляющееся в единстве ее функционального, ценностного, деятельностного и результативного аспектов;</p> <p>- Специфические особенности физкультурной деятельности как системы, разновидности человеческой деятельности и основы формирования физической культуры человека;</p>	<p>человека;</p> <p>- Подходы к определению понятий "культура" и "физическая культура" на основе понимания сущности процесса культурного развития;</p> <p>-Интегративное содержание физической культуры, как вида культуры, проявляющееся в единстве ее функционального, ценностного, деятельностного и результативного аспектов;</p> <p>- Специфические особенности физкультурной деятельности как системы, разновидности человеческой деятельности и основы формирования физической культуры человека;</p> <p>- Взаимосвязь</p>		
--	--------	--	-----------	--	---	--	--

					<p>компонентов (форм организации) физической культуры, специфичных для них видов физкультурной деятельности и физической культуры;</p> <p>- Структуру специальностей в сфере физической культуры, их общие и отличительные черты;</p>		
уметь	3.4.5.6 семестры (очная форма)	Не использует средства физической культуры для оптимизации работоспособности и не понимает роль физической культуры в жизни человека	-Понимать направления развивающегося теоретического знания в сфере физической культуры;	-Понимать направления развивающегося теоретического знания в сфере физической культуры;	-Понимать направления развивающегося теоретического знания в сфере физической культуры;		
	3.4.5.6 семестры (очно-заочная форма)		<p>- Видеть в развитии разнообразных аспектов знания о физической культуре (от ее медико-биологического аспекта до философского осмысления);</p> <p>- Воспринимать теоретическое знание в сфере физической культуры как</p>	<p>- Видеть в развитии разнообразных аспектов знания о физической культуре (от ее медико-биологического аспекта до философского осмысления) проявление понимания человека как целостности, интегральной индивидуальности, в его социокультурном</p>	<p>- Видеть в развитии разнообразных аспектов знания о физической культуре (от ее медико-биологического аспекта до философского осмысления) проявление понимания человека как целостности, интегральной индивидуальности, в его психологическом и</p>		

			<p>совокупность теорий разного уровня и степени общности, понимать их взаимоотношения между собой;</p> <p>- Устанавливать в объективно-проявляемых содержательных характеристиках физической культуры (функциональных, ценностных, деятельностных, результативных, структурных и др.) причинно-обусловленные ее связи с общей культурой;</p>	<p>единстве;</p> <p>- Воспринимать теоретическое знание в сфере физической культуры как совокупность теорий разного уровня и степени общности, понимать их взаимоотношения между собой;</p> <p>- Устанавливать в объективно - проявляемых содержательных характеристиках физической культуры (функциональных, ценностных, деятельностных, результативных, структурных и др.) причинно - обусловленные ее связи с общей культурой;</p> <p>-Рассматривать физкультурную деятельность как систему, находящуюся в тесной взаимосвязи с онтогенезом человека,</p>	<p>социокультурном единстве; - Воспринимать теоретическое знание в сфере физической культуры как совокупность теорий разного уровня и степени общности, понимать их взаимоотношения между собой;</p> <p>- Устанавливать в объективно-проявляемых содержательных характеристиках физической культуры (функциональных, ценностных, деятельностных, результативных, структурных и др.) причинно-обусловленные ее связи с общей культурой;</p> <p>- Рассматривать физкультурную деятельность как систему, находящуюся в тесной взаимосвязи с онтогенезом человека,</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--

				<p>компонентами и видами физической культуры;</p> <p>- Ориентироваться в многообразии специальностей в сфере физической культуры как одном из видов человеческой культуры;</p>	<p>компонентами и видами физической культуры;</p> <p>- Ориентироваться в многообразии специальностей в сфере физической культуры как одном из видов человеческой культуры;</p> <p>- Анализировать и обобщать в дальнейшем содержание отдельных вопросов, концепций в сфере физкультурного образования в контексте целостного видения человека</p>		
владеть	3.4.5.6 семестры (очная форма)	- Плохо владеет системой умений и навыков. обеспечивающих укрепление здоровья	-широким культуросообразным кругозором относительно общего видения;	-широким культуросообразным кругозором относительно общего видения;	-широким культуросообразным кругозором относительно общего видения;		
	3.4.5.6 семестры (очно-заочная форма)		-сферы физической культуры как развивающейся части общей культуры в интересах профессионального роста в своей специализации;	-сферы физической культуры как развивающейся части общей культуры в интересах профессионального роста в своей специализации;	-сферы физической культуры, как развивающейся части общей культуры в интересах профессионального роста в своей специализации;		

			<p>-навыками анализа физкультурно-спортивной деятельности для решения дифференцированных задач в своей основной специализации;</p> <p>- особенностями взаимосвязей и взаимообусловленностей своей основной профессиональной образовательной программы по соответствующим направлениям со сферой физической культуры, разновидностями физкультурной деятельности;</p>	<p>-навыками анализа физкультурно-спортивной деятельности для решения дифференцированных задач в своей основной специализации;</p> <p>- особенностями взаимосвязей и взаимообусловленностей своей основной профессиональной образовательной программы по соответствующим направлениям со сферой физической культуры, разновидностями физкультурной деятельности;</p> <p>-современными методологическими подходами к обоснованию сущности физической культуры в целях пропаганды ее ценностей в своей профессиональной сфере и в целом среди населения страны;</p>	<p>-навыками анализа физкультурно-спортивной деятельности для решения дифференцированных задач в своей основной специализации;</p> <p>- особенностями взаимосвязей и взаимообусловленностей своей основной профессиональной образовательной программы по соответствующим направлениям со сферой физической культуры, разновидностями физкультурной деятельности;</p> <p>- современными методологическими подходами к обоснованию сущности физической культуры в целях пропаганды ее ценностей в своей профессиональной сфере и в целом среди населения страны;</p>		
--	--	--	--	---	--	--	--

					<p>- умением ставить и решать как общие, так и частные задачи по реализации возникающих проблем в своей специальности в контексте взаимосвязей его сферой физической культуры;</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--

2.2 Шкала оценивания компетенций

Оценочное средство – вопросы промежуточного контроля

Шкала оценивания:

оценка «зачтено» (*при неполном (пороговом), хорошем (углубленном) и отличном (продвинутом) усвоении*) выставляется обучающемуся, если он дал четкий и точный ответ, как минимум, на один из трех вопросов преподавателя из ниже указанного списка.

оценка «не зачтено» (*при отсутствии усвоения (ниже порогового)*) выставляется студенту, если он не выполнил вышеуказанные требования, а также систематически и без уважительной причины не посещал занятия.

3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества.
2. Современное состояние физической культуры и спорта.
3. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
4. Физическая культура личности. Ценности физической культуры.
5. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности.
6. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система.
7. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм человека.
8. Средства физической культуры и спорта в совершенствовании функциональных возможностей организма.
9. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.
10. Здоровье человека как ценность. Факторы, определяющие здоровье.
11. Здоровый образ жизни и его составляющие.
12. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни.
13. Критерии эффективности здорового образа жизни.
14. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.
15. Динамика работоспособности студента в учебной году и факторы ее определяющие. Влияние различных режимов и условий обучения на состояние организма студентов.

16. Особенности использования средств физической культуры в регулировании работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния.
17. Методические принципы физического воспитания.
18. Методы физического воспитания.
19. Основы методики обучения движениям.
20. Методика начального и углубленного разучивания движения, закрепления и дальнейшего совершенствования двигательного действия.
21. Основы совершенствования физических качеств.
22. Основы методики развития силовых способностей.
23. Методика применения средств физической культуры для развития быстроты движений.
24. Методические принципы воспитания ловкости и гибкости.
25. Средства и методы развития общей и специальной выносливости.
26. Разделы спортивной подготовки.
27. Общая физическая и специальная подготовка, их цели и задачи.
28. Зоны интенсивности физических нагрузок.
29. Формы занятий физическими упражнениями.
30. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения физическим упражнениям.
31. Структура и направленность учебно-тренировочного занятия.
32. Формы и содержание самостоятельных занятий.
33. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.
34. Характер содержания занятий в зависимости от возраста.
35. Особенности самостоятельных занятий для женщин.
36. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста.
37. Планирование и управление самостоятельными занятиями.
38. Особенности методики составления индивидуальных программ оздоровительных занятий.
39. Составление комплексов упражнений и особенности проведения утренней гимнастики.
40. Выбор содержания, средств и методов, планирование объема и интенсивности физических нагрузок оздоровительного занятия.
41. Оборудование мест и подготовка инвентаря для проведения оздоровительных занятий.
42. Методика составления плана-конспекта оздоровительного занятия.
43. Гигиена самостоятельных занятий.
44. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
45. Спортивная классификация.
46. Система студенческих спортивных соревнований.
47. Олимпийские игры и Универсиады.

48. Содержание врачебного и педагогического контроля.
49. Соматоскопические и антропометрические методы в оценке физического развития.
50. Определение оценочных индексов физического развития.
51. Оценка функционального состояния сердечнососудистой системы. Методика проведения нагрузочных тестов.
52. Методика проведения функциональных проб, определение частоты дыхания и жизненной емкости легких для оценки функции дыхания.
53. Методика проведения проб и оценка функционального состояния нервной системы.
54. Методика определения физической работоспособности и физического состояния.
55. Методика проведения и оценка результатов тестирования и уровня развития физических качеств.
56. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.
57. Основные методы и показатели самоконтроля. Методика ведения дневника самоконтроля.
58. Профессионально-прикладная физическая подготовка, ее цели и задачи.
59. Использование средств профессионально-прикладной физической культуры для развития и совершенствования профессионально важных психофизических качеств.
60. Производственная физическая культура.
61. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов.
62. Основные виды производственной физической культуры.
63. Методика составления и проведения комплексов упражнений вводной гимнастики, физкультурной паузы, физкультурной минутки и микропаузы активного отдыха.
64. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Оценивание знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций осуществляется путем проведения процедур текущего контроля и промежуточной аттестации в соответствии с Положением университета о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программам бакалавриата и программам магистратуры.

Текущий контроль проводится на занятиях в течение семестра

Оценочные средства текущего контроля:

- Устный опрос по пройденному материалу

Промежуточная аттестация проводится в конце семестра в форме зачета

Оценочные средства промежуточной аттестации:

- вопросы промежуточного контроля

Уровень сформированности компетенций определяется оценками «зачтено», «не зачтено»

Шкала оценивания:

оценка «зачтено» (*при неполном (пороговом), хорошем (углубленном) и отличном (продвинутом) усвоении*) выставляется обучающемуся, если он дал четкий и точный ответ, как минимум, на один из трех вопросов преподавателя из выше указанного списка.

оценка «не зачтено» (*при отсутствии усвоения (ниже порогового)*) выставляется студенту, если он не выполнил вышеуказанные требования, а также систематически и без уважительной причины не посещал занятия.