



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Институт технологий (филиал)  
федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования «Донской государственный  
технический университет» в г. Волгодонске Ростовской области**

**(ИТ (филиал) ДГТУ в г. Волгодонске)**



**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ  
(ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА)  
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
по дисциплине  
«Физическая культура и спорт (основная группа)»  
для обучающихся по направлению подготовки  
09.03.02 Информационные системы и технологии  
профиль Информационные системы  
2022 года набора**

Волгодонск  
2023

## Лист согласования


Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине «Физическая культура и спорт (основная группа)»

составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки

Рассмотрены и одобрены на заседании кафедры «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины» протокол № 9 от «24» апреля 2023 г.

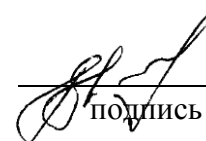
Разработчики оценочных материалов (оценочных средств)

Ст.преподаватель

  
подпись

С.В. Четвериков

Заведующий кафедрой

  
подпись

В.И. Кузнецов

**Согласовано:**

Директор НПЦ «Микроэлектроника»

  
\_\_\_\_\_

С.Л. Бондаренко

Руководитель отдела ИТ  
ООО «Профит»

  
\_\_\_\_\_

А.А. Сердюков

**Лист визирования оценочных материалов (оценочных средств)  
на очередной учебный год**

Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине «Физическая культура и спорт (основная группа)» проанализированы и признаны актуальными для использования на 20\_\_ - 20\_\_ учебный год.

Протокол заседания кафедры «СКС и ГД» от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_  
Заведующий кафедрой «СКС и ГД» \_\_\_\_\_ В.И. Кузнецов  
«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине «Физическая культура и спорт (основная группа)» проанализированы и признаны актуальными для использования на 20\_\_ - 20\_\_ учебный год.

Протокол заседания кафедры «СКС и ГД» от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_  
Заведующий кафедрой «СКС и ГД» \_\_\_\_\_ В.И. Кузнецов  
«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине «Физическая культура и спорт (основная группа)» проанализированы и признаны актуальными для использования на 20\_\_ - 20\_\_ учебный год.

Протокол заседания кафедры «СКС и ГД» от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_  
Заведующий кафедрой «СКС и ГД» \_\_\_\_\_ В.И. Кузнецов  
«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине «Физическая культура и спорт (основная группа)» проанализированы и признаны актуальными для использования на 20\_\_ - 20\_\_ учебный год.

Протокол заседания кафедры «СКС и ГД» от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_  
Заведующий кафедрой «СКС и ГД» \_\_\_\_\_ В.И. Кузнецов  
«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

## Содержание

1 Паспорт оценочных материалов (оценочных средств)	С. 5
1.1 Перечень компетенций, формируемых дисциплиной (модулем), с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП	5
1.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования	9
1.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, описание шкал оценивания	10
2 Контрольные задания (демоверсии) для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы	11

## **1 Паспорт оценочных материалов (оценочных средств)**

Оценочные материалы (оценочные средства) прилагаются к рабочей программе дисциплины и представляет собой совокупность контрольно-измерительных материалов (типовые задачи (задания), контрольные работы, тесты и др.) и методов их использования, предназначенных для измерения уровня достижения обучающимся установленных результатов обучения.

Оценочные материалы (оценочные средства) используются при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

### **1.1 Перечень компетенций, формируемых дисциплиной, с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП**

Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины:

УК 7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Конечными результатами освоения дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках контактной работы, включающей различные виды занятий и самостоятельной работы, с применением различных форм и методов обучения (табл. 1).

Таблица 1 Формирование компетенций в процессе изучения дисциплины

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня компетенции)	Вид учебных занятий, работы, формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенции	Контролируемые разделы и темы дисциплины	Оценочные материалы (оценочные средства), используемые для оценки уровня сформированности компетенции	Показатели оценивания компетенций
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1: Знает роль физической культуры в жизни человека и общества, научно-практические основы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать роль физической культуры в жизни человека и общества, научно-практические основы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Лек, С.р	1.1 – 1.6	Устный опрос	Посещаемость занятий; устный опрос.
	УК-7.2: Умеет применять на практике средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, использовать физические упражнения для профилактики профессиональных заболеваний	Уметь применять на практике средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, использовать физические упражнения для профилактики профессиональных заболеваний				
	УК-7.3: Владеет навыками	Владеть навыками использования средств и				

	использования средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной профессиональной деятельности	методов физической культуры для сохранения укрепления здоровья, обеспечения полноценной профессиональной деятельности				
--	---	---	--	--	--	--

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

Оценивание результатов обучения по дисциплине осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации обучающихся.

По дисциплине «Физическая культура» предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль (осуществление контроля всех видов аудиторной и внеаудиторной деятельности обучающегося с целью получения первичной информации о ходе усвоения отдельных элементов содержания дисциплины); промежуточная аттестация (оценивается уровень и качество подготовки по дисциплине в целом).

Текущий контроль в семестре проводится с целью обеспечения своевременной обратной связи, для коррекции обучения, активизации самостоятельной работы обучающихся. Текущий контроль служит для оценки объёма и уровня усвоения обучающимся учебного материала одного или нескольких разделов дисциплины (модуля) в соответствии с её рабочей программой и определяется результатами текущего контроля знаний обучающихся.

Текущий контроль осуществляется два раза в семестр по календарному графику учебного процесса.

Текущий контроль предполагает начисление баллов за выполнение различных видов работ. Результаты текущего контроля подводятся по шкале балльно-рейтинговой системы. Регламент балльно-рейтинговой системы определен Положением о системе «Контроль успеваемости и рейтинг обучающихся».

Текущий контроль является результатом оценки знаний, умений, навыков и приобретенных компетенций обучающихся по всему объёму учебной дисциплины, изученному в семестре, в котором стоит форма контроля в соответствии с учебным планом.

Текущий контроль успеваемости предусматривает оценивание хода освоения дисциплины: теоретических основ и практической части.

Промежуточная аттестация по дисциплине «Физическая культура» проводится в форме зачета.

В табл. 2 приведено весовое распределение баллов и шкала оценивания по видам контрольных мероприятий.

Таблица 2 Весовое распределение баллов и шкала оценивания по видам контрольных мероприятий

Текущий контроль (50 баллов)						Промежуточ ная аттестация (50 баллов)	Итоговое количество баллов по результатам текущего контроля и промежуточ ной аттестации
Блок 1			Блок 2				
Лекцион ные занятия (X <sub>1</sub> )	Практи ческие заняти я (Y <sub>1</sub> )	Лаборат орные занятия (Z <sub>1</sub> )	Лекцион ные занятия (X <sub>2</sub> )	Практич еские занятия (Y <sub>2</sub> )	Лаборат орные занятия (Z <sub>2</sub> )	от 0 до 50 баллов	Менее 60 баллов – не зачтено; Более 61 балла – зачтено.
-	-	-	-	-	-		
Сумма баллов за 1 блок =			Сумма баллов за 2 блок =				



Для определения фактических оценок каждого показателя выставляются следующие баллы (табл.3):

Таблица 3– Распределение баллов по дисциплине

Вид учебных работ по дисциплине	<i>Количество баллов</i>	
	<i>1 блок</i>	<i>2 блок</i>
<i>Текущий контроль (50 баллов)</i>		
Устный опрос	<b>25</b>	<b>25</b>
<i>Промежуточная аттестация (50 баллов)</i>		
Зачет по дисциплине «Физическая культура и спорт (основная группа)» проводится в устной форме		
<b>Сумма баллов по дисциплине 100 баллов</b>		

Зачет является формой оценки качества освоения обучающимся образовательной программы по дисциплине. По результатам зачета обучающемуся выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

*Оценка «зачтено» (более 61 балла) выставляется на зачете обучающимся, если:*

- обучающийся набрал по текущему контролю необходимые и достаточные баллы для выставления оценки автоматом;
- обучающийся знает и воспроизводит основные положения дисциплины в соответствии с заданием, применяет их для выполнения типового задания в котором очевиден способ решения;
- обучающийся продемонстрировал базовые знания, умения и навыки важнейших разделов программы и содержания лекционного курса;
- у обучающегося не имеется затруднений в использовании научно-понятийного аппарата в терминологии курса, а если затруднения имеются, то они незначительные;
- на дополнительные вопросы преподавателя обучающийся дал правильные или частично правильные ответы;

Компетенция (и) или ее часть (и) сформированы на базовом уровне (уровень 1) (см. табл. 1).

*Оценка «не зачтено» (менее 60 баллов) ставится на зачете обучающийся, если:*

- обучающийся имеет представление о содержании дисциплины, но не знает основные положения (темы, раздела, закона и т.д.), к которому относится задание, не способен выполнить задание с очевидным решением, не владеет навыками выполнения задания практической работы, не ориентируется в практической ситуации;
  - имеются существенные пробелы в знании основного материала по программе курса;
  - в процессе ответа по теоретическому и практическому материалу, содержащемуся в вопросах зачетного билета, допущены принципиальные ошибки при изложении материала;
  - имеются систематические пропуски обучающийся лекционных и лабораторных занятий по неуважительным причинам;
  - во время текущего контроля обучающийся набрал недостаточные для допуска к зачету баллы;
  - вовремя не подготовил отчет по практическим работам, предусмотренным РПД.
- Компетенция(и) или ее часть (и) не сформированы.

### **1.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности**

Оценивание результатов обучения студентов по дисциплине «Физическая культура и спорт» осуществляется по регламенту текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится с целью обеспечения своевременной обратной связи, для коррекции обучения, активизации самостоятельной работы студентов. Результаты текущего контроля подводятся по шкале балльно - рейтинговой системы, реализуемой в ДГТУ.

Текущий контроль осуществляется два раза в семестр по календарному графику учебного процесса в рамках проведения контрольных точек.

Текущего контроля у обучающихся заочной формы нет.

Формы текущего контроля знаний:

- устный опрос.

Проработка конспекта лекций и учебной литературы осуществляется студентами в течение всего семестра после изучения новой темы.

Оценка компетентности осуществляется следующим образом: в процессе беседы выявляется информационная компетентность в соответствии с вопросами устного опроса, затем преподавателем дается комплексная оценка деятельности студента.

Высокую оценку получают студенты, которые при подготовке материала для самостоятельной работы сумели самостоятельно составить логический план к теме и реализовать его, собрать достаточный фактический материал, показать связь рассматриваемой темы с современными проблемами науки и общества.

Оценка качества подготовки на основании выполненных заданий ведется преподавателем (с обсуждением результатов), баллы начисляются в зависимости от сложности задания.

Итоговый контроль освоения умения и усвоенных знаний дисциплины «Физическая культура» осуществляется в процессе промежуточной аттестации на зачете. Условием допуска к зачету является положительная текущая аттестация по всем работам учебной дисциплины, ключевым теоретическим вопросам дисциплины.

## **2 Контрольные задания (демоверсии) для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

### **2.1 Задания для оценивания результатов обучения в виде знаний**

Вопросы устного опроса и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

#### **Вопросы устного опроса**

1. Физическая культура – часть человеческой культуры.
2. Физическая культура в структуре профессионального образования.
3. Профессиональная направленность физического воспитания в вузе.
4. Основы организации учебного процесса по физическому воспитанию студентов в вузе.
5. Характеристика эстетики физической культуры и спорта
6. Эстетика красоты спортивного соперничества
7. Роль двигательной активности в становлении и развитии человека в филогенезе онтогенезе.
8. Биологическая и физиологическая сущность необходимости физкультурно-спортивных упражнений в современный период.
9. Степень и условия проявления наследственности при физическом развитии и жизнедеятельности человека.
10. Влияние природно-климатических факторов на организм человека.
11. Социальные факторы и их влияние на физическое развитие и функциональное состояние человека.
12. Общая характеристика влияния двигательной активности на адаптационные процессы и резервные возможности организма.

13. Адаптация организма как физиологическая основа функционального и двигательного совершенства человека
14. Работоспособность.
15. Физиологические механизмы формирования и совершенствования двигательных действий.
16. Обмен веществ в покое и при различных нагрузках.
17. Понятие «здоровье». Факторы, влияющие на здоровье.
18. Отказ от вредных привычек
19. Межличностные отношения как элемент здорового образа жизни.

### **Вопросы к зачету по дисциплине**

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены.
2. Физическая культура – часть общечеловеческой культуры.
3. Физическая культура как общеобразовательная дисциплина.
4. Физическое воспитание и его функции.
5. Физическое развитие человека и требования к нему.
6. Средства физической культуры.
7. Физическая культура в структуре профессионального образования.
8. Физическая культура как средство сохранения и укрепления здоровья.
9. Физическая культура в высшем учебном заведении.
10. Правовые основы физической культуры и спорта.
11. Социально-биологические основы физической культуры.
12. Понятие о целостности организма и его систем.
13. Роль физической культуры в саморегуляции и самосовершенствовании организма.
14. Гиподинамия, ее влияние на здоровье.
15. Гипоксия, ее влияние на здоровье.
16. Биоритмы и работоспособность человека.
17. Роль опорно-двигательного аппарата в физических упражнениях.
18. Мышечная система и ее функции.
19. Мышечная ткань и ее строение.
20. Энергетика мышечного сокращения.
21. Виды мышечной деятельности и их характерные особенности.
22. Роль нервной системы в двигательных функциях.
23. Утомление и его виды.
24. Утомление при физических нагрузках.
25. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура.
26. Классификация физических упражнений.
27. Мышечная активность и сердечная деятельность, их взаимосвязь.
28. Виды адаптации к физическим упражнениям.
29. Адаптация к климатическим условиям.
30. Физическая культура и спорт в Российской Федерации.
31. Развитие массовой и оздоровительной физической культуры населения Российской Федерации.
32. Международное Олимпийское движение
33. Основные дидактические принципы физического воспитания.
34. Методы физического воспитания.
35. Средства физического воспитания.
36. Методы строго регламентированного упражнения.
37. Игровой метод в физическом воспитании.
38. Соревновательный метод в физическом воспитании.
39. Словесные и наглядные методы в физическом воспитании.
40. Основные физические качества человека.
41. Методы воспитания качества силы.
42. Методы воспитания качества быстроты.

43. Методы воспитания качества ловкости.
44. Методы воспитания качества выносливости.
45. Методы воспитания качества гибкости.
46. Зоны мощности физических упражнений.
47. Зоны интенсивности физических упражнений.
48. Структура учебно-тренировочных занятий.
49. Формы занятий физическими упражнениями.
50. Анализаторы и их функции в коррекции движений.
51. Обмен веществ и двигательная активность.
52. Объективные и субъективные факторы, влияющие на состояние психофизического здоровья студента.
53. Утомление при умственной деятельности.
54. Роль физической культуры в снятии утомления.
55. Работоспособность студентов в режиме учебного дня, недели.
56. Изменение психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии.
57. Организация режима труда и отдыха.
58. Роль физического воспитания в формировании психических качеств личности.
59. Роль физических упражнений в межличностных отношениях.
60. Психофизическая регуляция функций организма.
61. Оздоровительные функции релаксационных воздействий.
62. Использование малых форм физической культуры для восстановления работоспособности в режиме рабочего дня.
63. Факторы, регулирующие физическую нагрузку.
64. Роль физических упражнений в улучшении устойчивости организма к эмоциональному стрессу.

Критерий оценки:

Полнота ответа на поставленный вопрос, умение использовать термины, формулы, приводить примеры, делать выводы и анализировать конкретные ситуации.

Шкала оценивания

Максимальное количество баллов, которое обучающийся может получить за промежуточную аттестацию (зачет) составляет 50 баллов.

41 баллов – оценка «зачтено»;

Менее 41 баллов – оценка «не зачтено»

Структура оценочных материалов (оценочных средств), позволяющих оценить уровень компетенций, сформированный у обучающихся при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт (основная группа)» приведена в таблице 4.

Таблица 4 - Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине  
«Физическая культура и спорт (основная группа)»

Компетенция	Знать	Оценочные средства		Уметь	Оценочные средства		Владеть	Оценочные средства	
		текущий контроль	промежуточный контроль		текущий контроль	промежуточный контроль		текущий контроль	промежуточный контроль
УК-7	Знать роль физической культуры в жизни человека и общества, научно-практические основы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Устный опрос	Вопросы зачета	Уметь применять на практике средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, использовать физические упражнения для профилактики профессиональных заболеваний	Устный опрос	Вопросы зачета	Владеть навыками использования средств и методов физической культуры для сохранения укрепления здоровья, обеспечения полноценной профессиональной деятельности	Устный опрос	Вопросы зачета

Примечание

\* берется из РПД

\*\* сдача лабораторных работ, защита курсового проекта, РГР и т.д.