

**Приложение  
к рабочей программе модуля**

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

| <b>Код модуля</b> | <b>Модуль</b>               |
|-------------------|-----------------------------|
| <i>1153800</i>    | Физическая культура и спорт |

**Екатеринбург, 2020**

Оценочные материалы по модулю составлены авторами:

| № п/п | Фамилия Имя<br>Отчество    | Ученая степень,<br>ученое звание | Должность                            | Подразделение                         |
|-------|----------------------------|----------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|
| 1     | Гайл Виктор<br>Вадимович   | К.п.н., доцент                   | Зав. кафедрой                        | Кафедра теории<br>физической культуры |
| 2     | Спирина Марина<br>Павловна | Доцент                           | Профессор,<br>руководитель<br>модуля | Кафедра физической<br>культуры        |

Согласовано:

Дирекция образовательных программ



Р.Х. Токарева

## 1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ МОДУЛЯ Физическая культура и спорт

| № п/п            | Перечень дисциплин модуля      | Объем дисциплин модуля и всего модуля в зачетных единицах и часах | Форма итоговой промежуточной аттестации по дисциплинам модуля и в целом по модулю |
|------------------|--------------------------------|---|---|
| 1.               | Прикладная физическая культура | 328 час   | зачет   |
| 2                | Физическая культура            | 2 з.е. / 72 час   | зачет   |
| ИТОГО по модулю: |                                | 2 з.е. / 400 час  | Не предусмотрено  |

## 2. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО МОДУЛЮ

*Не предусмотрено.*

### 2.1. Проект по модулю

*Не предусмотрено.*

### 2.2. Интегрированный экзамен по модулю

*Не предусмотрено.*

### **Раздел 3. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

#### **Прикладная физическая культура Модуль 1153800 – Физическая культура и спорт**

Оценочные материалы составлены автором:

| <b>№ п/п</b> | <b>Фамилия Имя<br/>Отчество</b> | <b>Ученая степень,<br/>ученое звание</b> | <b>Должность</b> | <b>Подразделение</b>                  |
|--------------|---------------------------------|--|------------------|---------------------------------------|
| 1            | Гайл Виктор<br>Вадимович        | К.п.н., доцент                           | Зав. кафедрой    | Кафедра теории<br>физической культуры |

**1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ Прикладная физическая культура**

Таблица 1

| Код и наименование компетенций, формируемые с участием дисциплины  | Планируемые результаты обучения (индикаторы)   |
|--|--|
| 1  | 2  |
| <p>УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> | <p>З-1 - Излагать основные принципы и содержание общей, специальной и прикладной физической подготовки<br/>                     З-2 - Описывать методы оценивания функционального состояния организма и уровня физической подготовленности<br/>                     У-1 - Оценивать функциональное состояние организма и корректировать физическую нагрузку для достижения должного уровня физической подготовленности<br/>                     У-2 - Выбирать физические упражнения с учетом функционального состояния организма для достижения должного уровня физической подготовленности<br/>                     У-3 - Определять должный уровень физической подготовленности, необходимый для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности<br/>                     П-1 - Проектировать комплекс физических упражнений как составную часть технологии достижения должного уровня физической подготовленности</p> |

## 2. ВИДЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ, ВКЛЮЧАЯ МЕРОПРИЯТИЯ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ

### 2.1. Распределение объема времени по видам учебной работы

Таблица 2

Очная форма

| № п/п   | Наименование дисциплины модуля | Объем времени, отведенный на освоение дисциплины модуля |                      |                     |       |                          |                          |  |                     |          |
|---|--------------------------------|---|----------------------|---------------------|-------|--------------------------|--------------------------|--|---------------------|----------|
|   |                                | Аудиторные занятия, час.                                |                      |                     |       | Промежуточная аттестация | Контактная работа (час.) | Самостоятельная работа студента, включая текущую аттестацию (час.) | Всего по дисциплине |          |
|   |                                | Занятия лекционного типа                                | Практические занятия | Лабораторные работы | Всего |                          |                          |  | Час.                | Зач. ед. |
| 1   | 2                              | 3   | 4                    | 5                   | 6     | 7                        | 8                        | 9  | 10                  | 11       |
| 1.  | Прикладная физическая культура |   | 323                  |                     | 323   | 3(1-5 сем)               | 373                      | 5  | 328                 | –        |
| <b>Всего на освоение дисциплины модуля (час.)</b> |                                |   | 323                  |                     | 323   | 3(1-5 сем)               | 373                      | 5  | 328                 | –        |
| <b>Итого по модулю:</b>                           |                                |   |                      |                     |       |                          |                          |  | 328                 | –        |

### 2.2. Виды СРС, количество и объем времени на контрольно-оценочные мероприятия СРС по дисциплине

Контрольно-оценочные мероприятия СРС включают самостоятельное изучение материала, подготовку к аудиторным занятиям и мероприятиям текущего контроля, выполнение и оформление внеаудиторных мероприятий текущего контроля и подготовку к мероприятиям промежуточного контроля.

Таблица 3

| № п/п                              | Вид самостоятельной работы студента по дисциплине модуля | Количество контрольно-оценочных мероприятий СРС | Объем контрольно-оценочных мероприятий СРС (час.) |
|------------------------------------|--|---|---|
| 1.                                 | Подготовка к зачету                                      | 5   | 5 час.  |
| <b>Итого на СРС по дисциплине:</b> |  |   | 5 час.  |

### 3. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ В БАЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЕ (ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА БРС)

#### 3.1. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

##### 1 семестр

|  |  |                                     |
|--|--|-------------------------------------|
| <b>1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0</b>   |  |                                     |
| <b>2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1</b>                           |  |                                     |
| Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях [перечислить контрольно-оценочные мероприятия, связанные с практическими/семинарскими занятиями] | <b>Сроки – семестр, учебная неделя</b> | <b>Максимальная оценка в баллах</b> |
| Посещение практических занятий (34)  | I, 1–17                                | 34                                  |
| Контрольное мероприятие № 1  | I, 8-15                                | 40                                  |
| Контрольное мероприятие № 2*   | I, по календарю соревнований 1-17      | 26                                  |
| <b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.6</b>  |  |                                     |
| <b>Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – [зачет]</b>   |  |                                     |
| <b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.4</b>                                    |  |                                     |
| <b>3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий – 0</b>   |  |                                     |

##### 2 семестр

|  |  |                                     |
|--|--|-------------------------------------|
| <b>1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0</b>   |  |                                     |
| <b>2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1</b>                           |  |                                     |
| Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях [перечислить контрольно-оценочные мероприятия, связанные с практическими/семинарскими занятиями] | <b>Сроки – семестр, учебная неделя</b> | <b>Максимальная оценка в баллах</b> |
| Посещение практических занятий (34)  | II, 1–17                               | 34                                  |
| Контрольное мероприятие № 3  | II, 8-15                               | 40                                  |
| Контрольное мероприятие № 4*   | II, по календарю соревнований 1-17     | 26                                  |
| <b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.6</b>  |  |                                     |
| <b>Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – [зачет]</b>   |  |                                     |
| <b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.4</b>                                    |  |                                     |

**3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий – 0**

### 3 семестр

|  |  |                                     |
|--|--|-------------------------------------|
| <b>1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0</b>   |  |                                     |
| <b>2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1</b>   |  |                                     |
| <b>Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях</b> [ <i>перечислить контрольно-оценочные мероприятия, связанные с практическими/семинарскими занятиями</i> ] | <b>Сроки – семестр, учебная неделя</b> | <b>Максимальная оценка в баллах</b> |
| Посещение практических занятий (34)  | III, 1-17                              | 34                                  |
| Контрольное мероприятие № 5  | III, 8-15                              | 40                                  |
| Контрольное мероприятие № 6*   | III, по календарю соревнований 1-17    | 26                                  |
| <b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.6</b>  |  |                                     |
| <b>Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – [зачет]</b>   |  |                                     |
| <b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.4</b>  |  |                                     |
| <b>3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий – 0</b>   |  |                                     |

### 4 семестр

|  |  |                                     |
|--|--|-------------------------------------|
| <b>1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0</b>   |  |                                     |
| <b>2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1</b>   |  |                                     |
| <b>Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях</b> [ <i>перечислить контрольно-оценочные мероприятия, связанные с практическими/семинарскими занятиями</i> ] | <b>Сроки – семестр, учебная неделя</b> | <b>Максимальная оценка в баллах</b> |
| Посещение практических занятий (34)  | IV, 1–17                               | 34                                  |
| Контрольное мероприятие № 7  | IV, 8-15                               | 40                                  |
| Контрольное мероприятие № 8*   | IV, по календарю соревнований 1-17     | 26                                  |
| <b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.6</b>  |  |                                     |
| <b>Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – [зачет]</b>   |  |                                     |
| <b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.4</b>  |  |                                     |
| <b>3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий – 0</b>   |  |                                     |

### 5 семестр

|  |
|--|
| <b>1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0</b> |
|--|

| <b>2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1</b>                                     |  |                                     |
|--|--|-------------------------------------|
| <b>Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях</b><br>[перечислить контрольно-оценочные мероприятия, связанные с практическими/семинарскими занятиями] | <b>Сроки – семестр, учебная неделя</b> | <b>Максимальная оценка в баллах</b> |
| Посещение практических занятий (34)  | V, 1-17                                | 34                                  |
| Контрольное мероприятие № 9  | V, 8-15                                | 40                                  |
| Контрольное мероприятие № 10*  | V, по календарю соревнований 1-17      | 26                                  |
| <b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям– 0.6</b>   |  |                                     |
| <b>Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям– [зачет]</b>  |  |                                     |
| <b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям– 0.4</b>   |  |                                     |
| <b>3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий –0</b>  |  |                                     |

\* для студентов без отклонений в состоянии здоровья предоставляется возможность набрать баллы по мероприятию, выполнив нормы Всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне»:  
Золотой значок ГТО – 26 баллов; Серебряный значок ГТО – 20 баллов;  
Бронзовый значок ГТО – 10 баллов

**3.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта**  
*Не предусмотрено.*

**3.3. Коэффициент значимости семестровых результатов освоения дисциплины**

| <b>Порядковый номер семестра по учебному плану, в котором осваивается дисциплина</b> | <b>Коэффициент значимости результатов освоения дисциплины в семестре</b> |
|--|--|
| Семестр I  | 0,20   |
| Семестр II   | 0,20   |
| Семестр III  | 0,20   |
| Семестр IV   | 0,20   |
| Семестр V  | 0,20   |

#### 4. КРИТЕРИИ И УРОВНИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

4.1. В рамках БРС применяются утвержденные на кафедре/институте критерии (признаки) оценивания достижений студентов по дисциплине модуля (табл. 4) в рамках контрольно-оценочных мероприятий на соответствие указанным в табл.1 результатам обучения (индикаторам).

Таблица 4

##### Критерии оценивания учебных достижений обучающихся

| Результаты обучения | Критерии оценивания учебных достижений, обучающихся на соответствие результатам обучения/индикаторам   |
|---------------------|--|
| Знания              | Студент демонстрирует знания и понимание в области изучения на уровне указанных индикаторов и необходимые для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.   |
| Умения              | Студент может применять свои знания и понимание в контекстах, представленных в оценочных заданиях, демонстрирует освоение умений на уровне указанных индикаторов и необходимых для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.                                |
| Опыт /владение      | Студент демонстрирует опыт в области изучения на уровне указанных индикаторов.   |
| Личностные качества | Студент демонстрирует ответственность в освоении результатов обучения на уровне запланированных индикаторов.<br>Студент способен выносить суждения, делать оценки и формулировать выводы в области изучения.<br>Студент может сообщать преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание и умения в области изучения. |

4.2. Для оценивания уровня выполнения критериев (уровня достижений обучающихся при проведении контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля) используется универсальная шкала (табл. 5).

Таблица 5

##### Шкала оценивания достижения результатов обучения (индикаторов) по уровням

| Характеристика уровней достижения результатов обучения (индикаторов) |   |                                    |         |                                    |
|--|---|------------------------------------|---------|------------------------------------|
| № п/п  | Содержание уровня выполнения критерия оценивания результатов обучения (выполненное оценочное задание)               | Шкала оценивания                   |         |                                    |
|  |   | Традиционная характеристика уровня |         | Качественная характеристика уровня |
| 1.   | Результаты обучения (индикаторы) достигнуты в полном объеме, замечаний нет  | Отлично (80-100 баллов)            | Зачтено | Высокий (В)                        |
| 2.   | Результаты обучения (индикаторы) в целом достигнуты, имеются замечания, которые не требуют обязательного устранения | Хорошо (60-79 баллов)              |         | Средний (С)                        |

|    |  |  |            |                   |
|----|--|--|------------|-------------------|
| 3. | Результаты обучения (индикаторы) достигнуты не в полной мере, есть замечания   | Удовлетворительно (40-59 баллов)         |            | Пороговый (П)     |
| 4. | Освоение результатов обучения не соответствует индикаторам, имеются существенные ошибки и замечания, требуется доработка | Неудовлетворительно (менее 40 баллов)    | Не зачтено | Недостаточный (Н) |
| 5. | Результат обучения не достигнут, задание не выполнено  | Недостаточно свидетельств для оценивания |            | Нет результата    |

## 5. СОДЕРЖАНИЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

Задания по контрольно-оценочным мероприятиям в рамках текущей и промежуточной аттестации должны обеспечивать освоение результатов обучения (индикаторов) и предметного содержания дисциплины на соответствующем уровне.

### 5.1. Описание контрольно-оценочных мероприятий текущего контроля по дисциплине модуля

#### 5.1.1. Практические занятия

##### 1.1.1. Практические занятия для студентов без отклонений в состоянии здоровья

| Код раздела, темы | Номер занятия   | Тема занятия   | Время на проведение занятия (час.) |
|-------------------|-----------------|--|------------------------------------|
| <b>Р.1</b>        | <b>1-34</b>     | <b>Основы прикладной физической культуры</b>                                       | <b>68</b>                          |
| 1.1               | 1-11, 13-24     | Общая физическая подготовка (ОФП)  | 46                                 |
| 1.2               | 26-33           | Специальная физическая подготовка (СФП)  | 16                                 |
| 1.3               | 12,25,34        | Контрольный раздел   | 6                                  |
| <b>Р.2</b>        | <b>35-68</b>    | <b>Базовая прикладная физическая культура (ПФК)</b>                                | <b>68</b>                          |
| 2.1               | 35-44,46-53     | ОФП  | 36                                 |
| 2.2               | 55-67           | СФП  | 26                                 |
| 2.3               | 45,54,68        | Контрольный раздел   | 6                                  |
| <b>Р.3</b>        | <b>69-102</b>   | <b>Углубленное изучение средств ПФК</b>  | <b>68</b>                          |
| 3.1               | 69-71           | Методико-практический раздел   | 6                                  |
| 3.2               | 72-78,80-87     | ОФП  | 30                                 |
| 3.3               | 89-101          | СФП  | 26                                 |
| 3.4               | 79,88,102       | Контрольный раздел   | 6                                  |
| <b>Р.4</b>        | <b>102-136</b>  | <b>Формирование профессионально-прикладной физической культуры (ППФК) личности</b> | <b>68</b>                          |
| 4.1               | 102-104         | Методико-практический раздел   | 6                                  |
| 4.2               | 105-114,116-119 | ОФП  | 28                                 |
| 4.3               | 121-135         | СФП  | 28                                 |
| 4.4               | 115,120,136     | Контрольный раздел   | 6                                  |

|               |                 |  |            |
|---------------|-----------------|--|------------|
| <b>Р.5</b>    | <b>136-162</b>  | <b>Совершенствование ППФК личности</b> | <b>51</b>  |
| 5.1           | 136 -138        | Методико-практический раздел           | 5          |
| 5.2           | 139-146,148-150 | ОФП                                    | 20         |
| 5.3           | 152-161         | СФП                                    | 20         |
| 5.4           | 147,151,162     | Контрольный раздел                     | 6          |
| <b>Всего:</b> |                 |  | <b>323</b> |

Практические занятия для студентов с отклонениями в состоянии здоровья

| <b>Код раздела, темы</b> | <b>Номер занятия</b> | <b>Тема занятия</b>   | <b>Время на проведение занятия (час.)</b> |
|--------------------------|----------------------|---|---|
| <b>Р.1</b>               | <b>1-34</b>          | <b>Основы прикладной физической культуры</b>  | <b>68</b>                                 |
| 1.1                      | 1-7                  | Общая физическая подготовка (ОФП)   | 14  |
| 1.2                      | 8-26                 | Специальная физическая подготовка   | 38  |
| 1.2.1                    | 8-14                 | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | 14  |
| 1.2.2                    | 15-19                | Современные оздоровительные системы   | 10  |
| 1.2.3                    | 20-26                | Специальная и корригирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке         | 14  |
| 1.3                      | 27-31                | Методико-практический раздел  | 10  |
| 1.4                      | 32-34                | Контрольный раздел  | 6   |
| <b>Р.2</b>               | <b>35-68</b>         | <b>Базовая прикладная физическая культура (ПФК)</b>   | <b>68</b>                                 |
| 2.1                      | 35-42                | Общая физическая подготовка (ОФП)   | 16  |
| 2.2                      | 43-61                | Специальная физическая подготовка   | 38  |
| 2.2.1                    | 43-50                | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | 16  |
| 2.2.2                    | 51-55                | Современные оздоровительные системы   | 10  |
| 2.2.3                    | 56-61                | Специальная и корригирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке         | 12  |
| 2.3                      | 62-65                | Методико-практический раздел  | 8   |
| 2.4                      | 66-68                | Контрольный раздел  | 6   |
| <b>Р.3</b>               | <b>69-102</b>        | <b>Углубленное изучение средств ПФК</b>   | <b>68</b>                                 |
| 3.1                      | 69-76                | Общая физическая подготовка (ОФП)   | 16  |
| 3.2                      | 78-94                | Специальная физическая подготовка   | 36  |
| 3.2.1                    | 77-82                | Современные оздоровительные системы   | 12  |
| 3.2.2                    | 83-87                | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | 10  |

|            |                |   |           |
|------------|----------------|---|-----------|
| 3.2.3      | 88-94          | Специальная и корригирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке         | 14        |
| 3.3        | 95-99          | Методико-практический раздел  | 10        |
| 3.4        | 100-102        | Контрольный раздел  | 6         |
| <b>Р.4</b> | <b>103-136</b> | <b>Формирование профессионально-прикладной физической культуры (ППФК) личности</b>                | <b>68</b> |
| 4.1        | 103-108        | Общая физическая подготовка (ОФП)   | 12        |
| 4.2        | 109-128        | Специальная физическая подготовка   | 40        |
| 4.2.1      | 109-114        | Современные оздоровительные системы   | 12        |
| 4.2.2      | 115-120        | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | 12        |
| 4.2.3      | 121-128        | Специальная и корригирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке         | 16        |
| 4.3        | 129-133        | Методико-практический раздел  | 10        |
| 4.4        | 134-136        | Контрольный раздел  | 6         |
| <b>Р.5</b> | <b>137-162</b> | <b>Совершенствование ППФК личности</b>  | <b>51</b> |
| 5.1        | 137-141        | Общая физическая подготовка (ОФП)   | 10        |
| 5.2        | 142-156        | Специальная физическая подготовка   | 30        |
| 5.2.1      | 142-146        | Современные оздоровительные системы   | 10        |
| 5.2.2      | 147-151        | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | 10        |
| 5.2.3      | 152-156        | Специальная и корригирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке         | 10        |
| 5.3        | 157-158        | Методико-практический раздел  | 5         |
| 5.4        | 159-162        | Контрольный раздел  | 6         |

**Всего:** 323

**5.1.2. Лабораторные занятия**

*Не предусмотрено.*

**5.1.3. Курсовая работа / Курсовой проект**

*Не предусмотрено.*

**5.1.4. Контрольная работа**

*Не предусмотрено.*

**5.1.5. Домашняя работа**

*Не предусмотрено.*

**5.1.6. Расчетная работа / Расчетно-графическая работа.**

*Не предусмотрено.*

**5.1.7. Реферат / эссе / творческая работа**

*Не предусмотрено.*

#### **5.1.8. Проектная работа**

*Не предусмотрено.*

#### **5.1.9. Деловая (ролевая) игра / Дебаты / Дискуссия / Круглый стол**

*Не предусмотрено.*

#### **5.1.10. Кейс-анализ**

*Не предусмотрено.*

#### **5.1.11. Кейс-анализ**

Контрольные нормативы отделений кафедры физической культуры и нормативы Всероссийского комплекса ГТО

### **5.2. Описание контрольно-оценочных мероприятий промежуточного контроля по дисциплине модуля**

#### **5.2.1. Экзамен /зачет в форме независимого тестового контроля**

*НТК по дисциплине модуля не проводится.*

#### **Спецификация теста в системе СМУДС УрФУ / ФЭПО /Интернет-тренажера:**

*Не предусмотрено.*

#### **5.2.2. Зачет в традиционной форме**

Контрольные нормативы отделений кафедры физической культуры и нормативы Всероссийского комплекса ГТО.

**Раздел 4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**  
**Физическая культура**

**Модуль 1153800 – Физическая культура и спорт**

Оценочные материалы составлены автором:

| <b>№ п/п</b> | <b>Фамилия Имя<br/>Отчество</b> | <b>Ученая степень,<br/>ученое звание</b> | <b>Должность</b>                     | <b>Подразделение</b>           |
|--------------|---------------------------------|--|--------------------------------------|--------------------------------|
| 1            | Спирина Марина<br>Павловна      | Доцент                                   | Профессор,<br>руководитель<br>модуля | Кафедра физической<br>культуры |

**1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ Физическая культура**

Таблица 1

| Код и наименование компетенций, формируемые с участием дисциплины   | Планируемые результаты обучения (индикаторы)   |
|---|--|
| 1   | 2  |
| <p>УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> | <p>З-2 - Описывать методы оценивания функционального состояния организма и уровня физической подготовленности<br/>           3-3 - Характеризовать современные здоровьесберегающие технологии с учетом психофизиологических характеристик избранной трудовой деятельности<br/>           У-1 - Оценивать функциональное состояние организма и корректировать физическую нагрузку для достижения должного уровня физической подготовленности<br/>           У-4 - Выбирать современные здоровьесберегающие технологии с учетом психофизиологических характеристик избранной трудовой деятельности<br/>           П-2 - Проектировать здоровьесберегающие технологии, обеспечивающие в том числе поддержание должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> |

## 2. ВИДЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ, ВКЛЮЧАЯ МЕРОПРИЯТИЯ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ

### 2.1. Распределение объема времени по видам учебной работы

Таблица 2

*Очная форма*

| № п/п   | Наименование дисциплины модуля | Объем времени, отведенный на освоение дисциплины модуля |                      |                     |       |                          |                          |  |                     |          |
|---|--------------------------------|---|----------------------|---------------------|-------|--------------------------|--------------------------|--|---------------------|----------|
|   |                                | Аудиторные занятия, час.                                |                      |                     |       | Промежуточная аттестация | Контактная работа (час.) | Самостоятельная работа студента, включая текущую аттестацию (час.) | Всего по дисциплине |          |
|   |                                | Занятия лекционного типа                                | Практические занятия | Лабораторные работы | Всего |                          |                          |  | Час.                | Зач. ед. |
| 1   | 2                              | 3   | 4                    | 5                   | 6     | 7                        | 8                        | 9  | 10                  | 11       |
| 1.  | Физическая культура            |   | 51                   |                     | 51    | 3, 4                     | 59                       | 17   | 72                  | 2        |
| <b>Всего на освоение дисциплины модуля (час.)</b> |                                |   | 51                   |                     | 51    | 3, 4                     | 59                       | 17   | 72                  | 2        |
| <b>Итого по модулю:</b>                           |                                |   |                      |                     |       |                          |                          |  | 72                  | 2        |

*Заочная форма*

| № п/п   | Наименование дисциплины модуля | Объем времени, отведенный на освоение дисциплины модуля |                      |                     |       |                          |                          |  |                     |          |
|---|--------------------------------|---|----------------------|---------------------|-------|--------------------------|--------------------------|--|---------------------|----------|
|   |                                | Аудиторные занятия, час.                                |                      |                     |       | Промежуточная аттестация | Контактная работа (час.) | Самостоятельная работа студента, включая текущую аттестацию (час.) | Всего по дисциплине |          |
|   |                                | Занятия лекционного типа                                | Практические занятия | Лабораторные работы | Всего |                          |                          |  | Час.                | Зач. ед. |
| 1   | 2                              | 3   | 4                    | 5                   | 6     | 7                        | 8                        | 9  | 10                  | 11       |
| 1.  | Физическая культура            |   | 6                    |                     | 6     | 3, 4                     | 7                        | 62   | 72                  | 2        |
| <b>Всего на освоение дисциплины модуля (час.)</b> |                                |   | 6                    |                     | 6     | 3, 4                     | 7                        | 62   | 72                  | 2        |
| <b>Итого по модулю:</b>                           |                                |   |                      |                     |       |                          |                          |  | 72                  | 2        |

### 2.2. Виды СРС, количество и объем времени на контрольно-оценочные мероприятия СРС по дисциплине

Контрольно-оценочные мероприятия СРС включают самостоятельное изучение материала, подготовку к аудиторным занятиям и мероприятиям текущего контроля, выполнение и оформление внеаудиторных мероприятий текущего контроля и подготовку к мероприятиям промежуточного контроля.

Таблица 3

| № п/п                       | Вид самостоятельной работы студента по дисциплине модуля | Количество контрольно-оценочных мероприятий СРС | Объем контрольно-оценочных мероприятий СРС (час.) |
|-----------------------------|--|---|---|
| 1.                          | Подготовка к практическим занятиям                       | 26  | 1 час.  |
| 2.                          | Подготовка к контрольной                                 | 1   | 2 час   |
| 3.                          | Подготовка реферата                                      | 1   | 6 час.  |
| 4.                          | Подготовка к зачету                                      | 1   | 4 час.  |
| Итого на СРС по дисциплине: |  |   | 17 час.   |

### 3. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ В БАЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЕ (ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА БРС)

#### 3.1. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

|  |  |                                     |
|--|--|-------------------------------------|
| <b>1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0</b>   |  |                                     |
| <b>2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1</b> |  |                                     |
| <b>Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях</b>   | <b>Сроки – семестр, учебная неделя</b> | <b>Максимальная оценка в баллах</b> |
| Посещаемость   | 6 семестр, 1-17 неделя                 | 40                                  |
| Контрольная работа   | 6 семестр, 11 неделя                   | 40                                  |
| Реферат  | 6 семестр, 7 неделя                    | 20                                  |
| <b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.6</b>                |  |                                     |
| <b>Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – [зачет]</b>   |  |                                     |
| <b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.4</b>          |  |                                     |

#### 3.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта *Не предусмотрено.*

#### 3.3. Коэффициент значимости семестровых результатов освоения дисциплины – 1

#### 4. КРИТЕРИИ И УРОВНИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

4.2. В рамках БРС применяются утвержденные на кафедре/институте критерии (признаки) оценивания достижений студентов по дисциплине модуля (табл. 4) в рамках контрольно-оценочных мероприятий на соответствие указанным в табл.1 результатам обучения (индикаторам).

Таблица 4

##### Критерии оценивания учебных достижений обучающихся

| Результаты обучения | Критерии оценивания учебных достижений, обучающихся на соответствие результатам обучения/индикаторам   |
|---------------------|--|
| Знания              | Студент демонстрирует знания и понимание в области изучения на уровне указанных индикаторов и необходимые для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.   |
| Умения              | Студент может применять свои знания и понимание в контекстах, представленных в оценочных заданиях, демонстрирует освоение умений на уровне указанных индикаторов и необходимых для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.                                |
| Опыт /владение      | Студент демонстрирует опыт в области изучения на уровне указанных индикаторов.   |
| Личностные качества | Студент демонстрирует ответственность в освоении результатов обучения на уровне запланированных индикаторов.<br>Студент способен выносить суждения, делать оценки и формулировать выводы в области изучения.<br>Студент может сообщать преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание и умения в области изучения. |

4.3. Для оценивания уровня выполнения критериев (уровня достижений обучающихся при проведении контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля) используется универсальная шкала (табл. 5).

Таблица 5

##### Шкала оценивания достижения результатов обучения (индикаторов) по уровням

| Характеристика уровней достижения результатов обучения (индикаторов) |   |                                    |         |                                    |
|--|---|------------------------------------|---------|------------------------------------|
| № п/п  | Содержание уровня выполнения критерия оценивания результатов обучения (выполненное оценочное задание)               | Шкала оценивания                   |         |                                    |
|  |   | Традиционная характеристика уровня |         | Качественная характеристика уровня |
| 1.   | Результаты обучения (индикаторы) достигнуты в полном объеме, замечаний нет  | Отлично (80-100 баллов)            | Зачтено | Высокий (В)                        |
| 2.   | Результаты обучения (индикаторы) в целом достигнуты, имеются замечания, которые не требуют обязательного устранения | Хорошо (60-79 баллов)              |         | Средний (С)                        |

|    |  |  |            |                   |
|----|--|--|------------|-------------------|
| 3. | Результаты обучения (индикаторы) достигнуты не в полной мере, есть замечания   | Удовлетворительно (40-59 баллов)         |            | Пороговый (П)     |
| 4. | Освоение результатов обучения не соответствует индикаторам, имеются существенные ошибки и замечания, требуется доработка | Неудовлетворительно (менее 40 баллов)    | Не зачтено | Недостаточный (Н) |
| 5. | Результат обучения не достигнут, задание не выполнено  | Недостаточно свидетельств для оценивания |            | Нет результата    |

## 5. СОДЕРЖАНИЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

### 5.1. Описание контрольно-оценочных мероприятий текущего контроля по дисциплине модуля

#### 5.1.1. Практические занятия

| Номер занятия | Тема занятия  | Время на проведение занятия (час.) |               |
|---------------|---|------------------------------------|---------------|
|               |   | Очная форма                        | Заочная форма |
| 1             | Система научно- практических и специальных знаний , необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности | 2                                  | 1             |
| 2             | Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту. Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении.           | 2                                  | 1             |
| 3-8           | Психологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности                                   | 12                                 | 1             |
| 9-18          | Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.   | 12                                 | 1             |
| 19-26         | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями  | 10                                 | 1             |
| 27-31         | Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом  | 8                                  | 1             |
| 32-35         | Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.  | 5                                  |               |
| Всего:        |   | 51                                 | 6             |

#### 5.1.2. Лабораторные занятия

*Не предусмотрено.*

#### 5.1.3. Курсовая работа / Курсовой проект

*Не предусмотрено.*

#### **5.1.4. Контрольная работа**

*Примерные задания для мини-контрольных в рамках учебных занятий:*

- Общая и специальная физическая подготовка, её цели и задачи; Зоны и интенсивность физических нагрузок;
- Формы занятий физическими упражнениями;
- Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов;
- Методические основы производственной гимнастики

#### **5.1.6. Расчетная работа / Расчетно-графическая работа.**

*Не предусмотрено.*

#### **5.1.7. Реферат / эссе / творческая работа**

- Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента;
- Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, её определяющие;
- Основные причины психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии;
- Критерии нервно - эмоционального и психофизического утомления;
- Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности;
- Особенности использования средств физической культуры для профилактики нервно- эмоционального и психофизического утомления студентов;
- Особенности использования средств физической культуры для повышения эффективности учебного труда
- Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности;
- Характер содержания занятий физическими упражнениями в зависимости от возраста;
- Особенности самостоятельных занятий физическими упражнениями для женщин;
- Планирование и управление самостоятельными занятиями физическими упражнениями;
- Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- Самоконтроль, его основные методы, показатели и дневник самоконтроля;
- Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.

#### **5.1.8. Проектная работа**

*Не предусмотрено.*

#### **5.1.9. Деловая (ролевая) игра / Дебаты / Дискуссия / Круглый стол**

*Не предусмотрено.*

#### **5.1.10. Кейс-анализ**

*Не предусмотрено.*

## 5.2. Описание контрольно-оценочных мероприятий промежуточного контроля по дисциплине модуля

### 5.2.1. Экзамен /зачет в форме независимого тестового контроля

Спецификация теста в системе СМУДС УрФУ / ФЭПО /Интернет-тренажера:

Для проведения промежуточной аттестации используется [СМУДС УрФУ]

| Код раздела | Раздел дисциплины   | Код темы | Тема  | Индекс вариации темы | Наименование вариации | Число заданий в тесте |
|-------------|---|----------|---|----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 01          | Общие вопросы физической культуры и спорта                        | 010      | Эстетика физической культуры и спорта   |                      |                       | 10                    |
|             |   | 020      | Биологические и социально-биологические основы физической культуры                  |                      |                       | 15                    |
|             |   | 030      | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студента |                      |                       | 55                    |
| 02          | Психофизиологические аспекты физкультурной и учебной деятельности | 110      | Физиологическая характеристика двигательной активности и формирования движений      |                      |                       | 80                    |
|             |   | 120      | Основы здорового образа жизни студента  |                      |                       | 25                    |
|             |   | 130      | Психофизиологические основы учебного труда студентов                                |                      |                       | 46                    |
|             |   | 140      | Индивидуальный выбор видов спорта и систем физического воспитания                   |                      |                       | 62                    |
| 03          | Педагогические аспекты физической культуры                        | 210      | Педагогические основы физического воспитания  |                      |                       | 50                    |
|             |   | 220      | Общая и специальная физическая подготовка   |                      |                       | 15                    |
|             |   | 230      | Врачебный,  |                      |                       | 30                    |

|                      |   |     |   |  |  |            |
|----------------------|---|-----|---|--|--|------------|
|                      |   |     | педагогический контроль и самоконтроль при занятиях физической культурой    |  |  |            |
|                      |   | 240 | Основы методики самостоятельных занятий                                     |  |  | 42         |
| 04                   | Профессиональные аспекты физкультурной деятельности | 310 | Профессионально-прикладная подготовка студентов                             |  |  | 30         |
|                      |   | 320 | Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста |  |  | 40         |
| <b>Всего заданий</b> |   |     |   |  |  | <b>500</b> |

Номер спецификации: <http://ls.urfu.ru/bank/disciplines/36/parts>

Время тестирования 25 мин. Число заданий в тесте 50 шт. Выбор заданий – случайным образом из соответствующего раздела, без повторения.

**5.2.2. Зачет в традиционной форме**  
*Не предусмотрено.*