



КГЭУ

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«КАЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «КГЭУ»)

АКТУАЛИЗИРОВАНО
Решением Ученого совета ИЦТЭ КГЭУ
Протокол №7 от 19.03.2024

УТВЕРЖДАЮ
Директор ИЦТЭ

_____ Торкунова Ю.В.
« 28 » июня 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.14 Физическая культура и спорт

| | |
|---------------------------|---|
| Направление подготовки | 46.03.02 Документоведение и архивоведение |
| направленность(профиль) | Документоведение и документационное обеспечение управления |
| Квалификация | бакалавр |

г. Казань, 2020

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО 3+ по направлению подготовки 46.03.02 «Документоведение и архивоведение» (уровень бакалавриата), (приказ Минобрнауки России от 06.03.2015 N176.

Программу разработал(и):

Доцент, кандидат биол. наук, доцент кафедры «Физическое воспитание»
Васенков Н.В.

Преподаватель Бортникова Л.Н.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры
Физическое воспитание, протокол № 2 от 06.10.2020

Заведующий кафедрой _____ Жукова И.В.

Программа рассмотрена и одобрена на заседании выпускающей кафедры
«Менеджмент» протокол №3 от 09.10.2020

Заведующий кафедрой «Менеджмент»
А.В.Махиянова

Программа одобрена на заседании методического совета ИЦТЭ
протокол №12 от 26.10.2020

Зам. директора ИЦТЭ

В.В.Косулин

Программа принята решением Ученого совета ИЦТЭ
протокол №2 от 26.10.2020

1. Цель, задачи и планируемые результаты обучения по дисциплине

Цель дисциплины направлена на приобретение студентами знаний в области физической

культуры, формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре,

установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими

упражнениями, формирование физической культуры личности, подготовку к социально-профессиональной деятельности, сохранение и укрепление здоровья.

Задачами дисциплины являются:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;

- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;

- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;

- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;

- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

Компетенции, формируемые у обучающихся, запланированные результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения компетенций:

| Код и наименование компетенции | Запланированные результаты обучения по дисциплине (знать, уметь, владеть) |
|---|---|
| Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной | <i>Знать:</i> Знать научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни <i>Уметь:</i> Уметь выполнять комплекс утренней зарядки <i>Владеть:</i> Владеть способами передвижения по пересечённой местности |

| | |
|---|---|
| <p>Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)</p> | <p><i>Знать:</i> Знать методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений <i>Уметь:</i> Уметь выполнять комплекс физкультурных упражнений <i>Владеть:</i> Владеть навыками проведения комплекса физкультурных упражнений группой</p> |
|---|---|

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Физическая культура и спорт относится к Базовой части учебного плана Б1.Б.14 направления подготовки 46.03.02 «Документоведение и архивоведение» направленности «Документоведение и документационное обеспечение управления»

Для освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- ценности физической культуры и спорта; значение физической культуры в жизнедеятельности человека;

- факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его

составляющие;

- принципы и закономерности воспитания и совершенствования физических качеств;

Уметь:

- придерживаться здорового образа жизни;
- самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества в процессе занятий

физическими упражнениями; осуществлять подбор необходимых прикладных физических

упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим

воздействиям внешней среды.

Владеть:

- различными современными понятиями в области физической культуры;
- методиками и методами самодиагностики, самооценки, средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной деятельности, удовлетворяющими потребности человека в рациональном использовании свободного времени;

3. Структура и содержание дисциплины

3.1. Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы (ЗЕ), всего 108 часов, из которых 19 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (занятия лекционного типа 16 час., прием экзамена (КПА), зачета с оценкой - 1 час., самостоятельная работа обучающегося 72 час, контроль самостоятельной работы (КСР) - 2 час.

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестр |
|---|-------------|---------|
| | | 6 |
| ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ | 108 | 108 |
| КОНТАКТНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩЕГОСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ, в том числе: | 19 | 19 |
| Лекционные занятия (Лек) | 16 | 16 |
| Контроль самостоятельной работы и иная контактная работа (КСР)* | 2 | 2 |
| Контактные часы во время аттестации (КПА) | 1 | 1 |
| САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩЕГОСЯ (СРС): | 72 | 72 |
| Подготовка к промежуточной аттестации в форме: (зачет с оценкой) | 17 | 17 |
| ФОРМА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ | ЗаО | ЗаО |

3.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам и видам занятий

| Разделы дисциплины | Семестр | Распределение трудоемкости (в часах) по видам учебной работы, включая СРС | обучен ия | (знани | Литера тура | текуще го конт | роляус информ | ЖУТОЧН | НО |
|--------------------|---------|---|--------------|--------|----------------|-------------------|------------------|--------|----|
| | | | | | | | | | |

| | | | Занятия лекционного типа | Занятия практического / семинарского типа | Лабораторные работы | Групповые консультации | Самостоятельная работа студента, в т.ч. | Контроль самостоятельной работы (КСР) | подготовка к | Сдача зачета / экзамена | Итого | | | | |
|--|---|----|--------------------------|---|---------------------|------------------------|---|---------------------------------------|--------------|-------------------------|----------------------------|--|------|-----|-----|
| Раздел 1. Общие сведения о физической культуре и спорте | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. Теория физического воспитания | 6 | 8 | | | | | 36 | | | | ОК-8 -31, У1, В1. | Л1.3, Л1.4, Л1.5, Л2.9, Л2.3, Л1.6, Л1.1, Л2.5, Л2.6 | тест | | 50 |
| 2. Теоретическая подготовка студентов | 6 | 8 | | | | | 36 | | | | ОК-7 -31, У1, В1. | Л1.3, Л1.4, Л1.5, Л2.9, Л2.3, Л1.6, Л1.1, Л2.5, Л2.6 | тест | | 50 |
| ИТОГО | | 16 | | | | | 72 | 2 | 17 | 1 | 108 | | | ЗаО | 100 |

4. Образовательные технологии

При реализации дисциплины "Физическая культура и спорт" по всем образовательным программам и направлениям подготовки используются:

-традиционные образовательные технологии: коммуникационно-информационные, здоровьесберегающие, личностно-ориентированные.

- дистанционные курсы (ДК), размещённые на площадке LMSMoodle. Ссылка на курс <http://lms.kgeu.ru/course/view.php?id=2707>

- электронные образовательные ресурсы (ЭОР), размещённые в личных кабинетах студентов Электронного университета КГЭУ URL:<http://e.kgeu.ru/>

5. Оценивание результатов обучения

Оценивание результатов обучения по дисциплине осуществляется в рамках текущего контроля успеваемости, проводимого по балльно-рейтинговой системе (БРС), и промежуточной аттестации.

Оценочные материалы по дисциплине «Физическая культура и спорт» - комплект контрольно-измерительных материалов, предназначенных для оценивания результатов обучения на соответствие индикаторам достижения компетенции(й):

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

Оценивание результатов обучения по дисциплине осуществляется в рамках текущего контроля успеваемости, проводимого по балльно-рейтинговой системе (БРС), и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание процесса обучения по дисциплине. При текущем контроле успеваемости используются следующие оценочные средства: тестирование теоретических знаний, тестирование физической подготовленности (лёгкая атлетика), тестирование физической подготовленности в спортивных играх, тестирование физической подготовленности в атлетической гимнастике, тестирование физической подготовленности прикладной подготовки.

Промежуточная аттестация имеет целью определить уровень достижения запланированных результатов обучения по дисциплине за 6 семестр. Форма промежуточной аттестации зачётс оценкой.

Оценочные материалы включают задания для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, разработанные в соответствии с рабочей программой дисциплины.

Обобщенные критерии и шкала оценивания уровня сформированности компетенции (индикатора достижения компетенции) по итогам освоения дисциплины:

| Планируемые результаты обучения | Обобщенные критерии и шкала оценивания результатов обучения | | | |
|---------------------------------|---|-------------------|--------|---------|
| | неудовлетворительно | удовлетворительно | хорошо | отлично |
| | незачтено | зачтено | | |

| | | | | |
|---|---|--|--|--|
| Полнота знаний | Уровень знаний ниже минимальных требований, имеют место грубые ошибки | Минимально допустимый уровень знаний, имеет место много негрубых ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе, имеет место несколько негрубых ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок |
| Наличие умений | При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения, имеют место грубые ошибки | Продemonстрированы основные умения, решены типовые задачи с негрубыми ошибками, выполнены все задания, но не в полном объеме | Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с негрубыми ошибками, выполнены все задания в полном объеме, но с недочетами | Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными незначительными недочетами, выполнены все задания в полном объеме |
| Наличие навыков (владение опытом) | При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки, имеют место грубые ошибки | Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами | Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами | Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов |
| Характеристика сформированности компетенции (индикатора достижения компетенции) | Компетенция в полной мере не сформирована. Имеющихся знаний, умений, навыков недостаточно для решения практических (профессиональных) задач | Сформированность компетенции соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач, но требуется дополнительная практика по большинству практических задач | Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в целом достаточно для решения стандартных практических (профессиональных) задач | Сформированность компетенции полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в полной мере достаточно для решения сложных практических (профессиональных) задач |
| Уровень сформированности компетенции (индикатора достижения компетенции) | Низкий | Нижесреднего | Средний | Высокий |

Шкала оценки результатов обучения по дисциплине:

| | | |
|-----------------|----------------------------|--|
| Код компетенции | Запланированные результаты | Уровень сформированности компетенции (индикатора достижения компетенции) |
|-----------------|----------------------------|--|

| тенции | обучения подисциплине | Высокий | Средний | Нижесреднего | Низкий |
|--|---|---|--|---|---|
| | | Шкалаоценивания | | | |
| | | отлично | хорошо | удовлет- ворительно | неудовлет- ворительно |
| | | зачтено | | | незачтено |
| ОК-8 | Знать | | | | |
| | Знать научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни | отлично знает основы физической культуры и здорового образа жизни | хорошо знает основы физической культуры и здорового образа жизни | удовлетворительно знает основы физической культуры и здорового образа жизни | плохо знает основы физической культуры и здорового образа жизни |
| | Уметь | | | | |
| | Уметь выполнять комплекс утренней зарядки | без ошибок выполняет комплекс утренней зарядки | выполняет комплекс утренней зарядки с незначительными ошибками | выполняет комплекс утренней зарядки с одной значительной ошибкой | выполняет комплекс утренней зарядки с двумя значительной ошибкой, неуверенно |
| | Владеть | | | | |
| Владеть способами передвижения по пересечённой местности | отлично владеет способами передвижения по пересечённой местности | хорошо владеет способами передвижения по пересечённой местности | неуверенно владеет способами передвижения по пересечённой местности | плохо владеет способами передвижения по пересечённой местности | |
| ОК-7 | Знать | | | | |
| | Знать методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений | отлично знает методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений | хорошо знает методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений | удовлетворительно знает методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений | плохо знает методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений |
| | Уметь | | | | |

| | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|
| | Уметь выполнять комплекс физических упражнений | выполняет комплекс физических упражнений без ошибок | выполняет комплекс физических упражнений с одной незначительной ошибкой | выполняет комплекс физических упражнений с одной значительной ошибкой | выполняет комплекс физических упражнений с двумя значительными и ошибками, неуверенно |
| | Владеть | | | | |
| | Владеть навыками проведения комплекса физических упражнений с группой | уверенно, без ошибок проводит комплекс физических упражнений группой | с одной незначительной ошибкой проводит комплекс физических упражнений группой | с двумя незначительными ошибками проводит комплекс физических упражнений группой | неуверенно, с одной значительной ошибкой проводит комплекс физических упражнений группой |

Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации приведены в Приложении к рабочей программе дисциплины. Полный комплект заданий и материалов, необходимых для оценивания результатов обучения по дисциплине, хранится на кафедре-разработчике в бумажном и электронном виде.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Учебно-методическое обеспечение

Основная литература

| № п/п | Автор(ы) | Наименование | Вид издания (учебник, учебное пособие, др.) | Местоиздания, издательство | Год издания | Адресэлектронного ресурса | Кол-во экземпляров в библиотеке КГЭУ |
|-------|-------------------------------|--|---|----------------------------|-------------|---|--------------------------------------|
| 1 | Барчуков И. С. | Физическая культура: методики практического обучения | учебник | М.: Кнорус | 2017 | https://www.book.ru/book/919549/ | 1 |
| 2 | Виленский П.Л., Горшков А. Г. | Физическая культура и здоровый образ жизни студента | учебное пособие | М.: Кнорус | 2019 | https://www.book.ru/book/930222 | 1 |
| 3 | Виленский М. Я. | Физическая культура | учебник | М.: Кнорус | 2016 | https://www.book.ru/book/918665/ | 1 |

Дополнительная литература

| № п/п | Автор(ы) | Наименование | Вид издания (учебник, учебное пособие, др.) | Местоиздания, издательство | Год издания | Адресэлектронного ресурса | Кол-во экземпляров в библиотеке КГЭУ |
|-------|--|---|---|----------------------------|-------------|---|--------------------------------------|
| 1 | Лахов В. И., Коваль В. И., Сечкин В. Л. | Организация и судейство соревнований по легкой атлетике | учебно - метод. пособие | М.: Советский спорт | 2004 | | 12 |
| 6 | Васенков Н. В., Ибрагимов И. Ф., Лопатин Л. А. | Гимнастика в вузе | учебно-методическое пособие | Казань: КГЭУ | 2017 | https://lib.kgeu.ru/irbis64r_15/scan/159эл.pdf | 2 |

6.2. Информационное обеспечение

6.2.1. Электронные и интернет-ресурсы

| № п/п | Наименование электронных и интернет-ресурсов | Ссылка |
|-------|--|---|
| 1 | Физическая культура и спорт http://lms.kgeu.ru/course/view.php?id=2707 | https://openedu.ru/course/urfu/PhysCult/ |
| 2 | Физическая культура https://openedu.ru/course/spbstu/PHYSCUL/ , | https://openedu.ru/course/spbstu/PHYSCUL/ , |
| 3 | Физическая культура https://openedu.ru/course/urfu/PhysCult/ | http://lms.kgeu.ru/course/view.php?id=2707 |

6.2.2. Профессиональные базы данных

| № п/п | Наименование профессиональных баз данных | Адрес | Режим доступа |
|-------|--|---|---|
| 1 | Официальный сайт Министерства науки и высшего образования РФ | https://www.minobrnauki.gov.ru/ | https://www.minobrnauki.gov.ru/ |
| 2 | Российская национальная библиотека | http://nlr.ru/ | http://nlr.ru/ |
| 3 | Министерство спорта РФ | https://www.minsport.gov.ru/ | https://www.minsport.gov.ru/ |
| 4 | Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU | http://elibrary.ru | http://elibrary.ru |

6.2.3. Информационно-справочные системы

| № п/п | | Адрес | Режим доступа |
|-------|--------------------------------------|---|---------------|
| 1 | Официальный сайт Министерства спорта | https://minsport.gov.ru/ | online |
| 2 | Википедия – свободная энциклопедия | https://ru.wikipedia.org/ | online |

6.2.4. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение дисциплины

| № п/п | Наименование программного обеспечения | описание | Реквизиты подтверждающих документов |
|-------|--|--------------|--|
| 1 | Windows 7 Профессиональная (Pro) | лицензионное | Договор № 2011.25486 от 28.11.2011, ЗАО «Софт Лайн Трейд». Неискл. право. Бессрочно |
| 2 | Операционная система Windows 7 Профессиональная (сертифицированная ФСТЭК). | лицензионное | Договор ПО ЛИЦ № 0000/20, ЗАО «ТаксНет Сервис». Неискл. право. Бессрочно. |
| 3 | Программное обеспечение: Windows 10 | лицензионное | Договор № Tr096148 от 29.09.2020, ООО "Софтлайн трейд". Неискл. право. До 14.09.2021 |
| 4 | Office Standard 2007 Russian OLP NL AcademicEdition+ | лицензионное | Договор №21/2010 от 04.05.2010, ЗАО «Софт Лайн Трейд». Неискл. право. Бессрочно. |
| 5 | Office Professional Plus 2007 Russian OLP NL AcademicEdition | лицензионное | Договор №21/2010 от 04.05.2010, ЗАО «Софт Лайн Трейд». Неискл. право. Бессрочно. |
| 6 | LMS Moodle | свободно | Свободная лицензия. Неискл. право. Бессрочно. |
| 7 | Браузер Chrome | свободно | Свободная лицензия. Неискл. право. Бессрочно. |

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

| № п/п | Вид учебной работы | Наименование специальных помещений и помещений для СРС | Оснащенность специальных помещений и помещений для СРС |
|-------|-------------------------------------|---|---|
| 1 | Лекционные занятия | Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа | Доска аудиторная, экран на штативе, проектор, компьютер в комплекте с монитором (8 шт.) |
| 4 | Самостоятельная работа обучающегося | Компьютерный класс с выходом в Интернет В-600а | Моноблок (30 шт.), система видеонаблюдения (6 видеокамер), проектор, экран |
| | | Читальный зал библиотеки | Проектор, переносной экран, тонкие клиенты (13 шт.), компьютеры (5 шт.) |

8. Особенности организации образовательной деятельности для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Лица с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалиды имеют возможность беспрепятственно перемещаться из одного учебно-лабораторного корпуса в другой, подняться на все этажи учебно-лабораторных корпусов, заниматься в учебных и иных помещениях с учетом особенностей психофизического развития и состояния здоровья.

Для обучения лиц с ОВЗ и инвалидов, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, обеспечены условия беспрепятственного доступа во все учебные помещения. Информация о специальных условиях, созданных для обучающихся с ОВЗ и инвалидов, размещена на сайте университета [www//kgeu.ru](http://kgeu.ru). Имеется возможность оказания технической помощи ассистентом, а также услуг сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Для адаптации к восприятию лицами с ОВЗ и инвалидами с нарушенным слухом справочного, учебного материала по дисциплине обеспечиваются следующие условия:

- для лучшей ориентации в аудитории, применяются сигналы оповещения о начале и конце занятия (слово «звонок» пишется на доске);
- внимание слабослышащего обучающегося привлекается педагогом жестом (на плечо кладется рука, осуществляется нерезкое похлопывание);
- разговаривая с обучающимся, педагогический работник смотрит на него, говорит ясно, короткими предложениями, обеспечивая возможность чтения по губам.

Компенсация затруднений речевого и интеллектуального развития слабослышащих обучающихся проводится путем:

- использования схем, диаграмм, рисунков, компьютерных презентаций с

гиперссылками, комментирующими отдельные компоненты изображения;

- регулярного применения упражнений на графическое выделение существенных признаков предметов и явлений;

- обеспечения возможности для обучающегося получить адресную консультацию по электронной почте по мере необходимости.

Для адаптации к восприятию лицами с ОВЗ и инвалидами с нарушениями зрения справочного, учебного, просветительского материала, предусмотренного образовательной программой по выбранному направлению подготовки, обеспечиваются следующие условия:

- ведется адаптация официального сайта в сети Интернет с учетом особых потребностей инвалидов по зрению, обеспечивается наличие крупношрифтовой справочной информации о расписании учебных занятий;

- педагогический работник, его собеседник (при необходимости), присутствующие на занятии, представляются обучающимся, при этом каждый раз называется тот, к кому педагогический работник обращается;

- действия, жесты, перемещения педагогического работника коротко и ясно комментируются;

- печатная информация предоставляется крупным шрифтом (от 18 пунктов), тотально озвучивается;

- обеспечивается необходимый уровень освещенности помещений;

- предоставляется возможность использовать компьютеры во время занятий и право записи объяснений на диктофон (по желанию обучающихся).

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации для обучающихся с ОВЗ и инвалидов определяется педагогическим работником в соответствии с учебным планом. При необходимости обучающемуся с ОВЗ, инвалиду с учетом их индивидуальных психофизических особенностей дается возможность пройти промежуточную аттестацию устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п., либо предоставляется дополнительное время для подготовки ответа.

Структура дисциплины для заочной формы обучения

| Вид учебной работы | Всего | Курс |
|---|-------|------|
| | часов | 2 |
| ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ | 108 | 108 |
| КОНТАКТНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩЕГОСЯ | 6,5 | 6,5 |
| Лекционные занятия (Лек) | 4 | 4 |
| Контроль самостоятельной работы и иная контактная работа (КСР)* | 2 | 2 |
| Контактные часы во время аттестации | 0,5 | 0,5 |
| САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩЕГОСЯ | 97,5 | 97,5 |
| Подготовка к промежуточной аттестации в форме: | 4 | 4 |
| ФОРМА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ | ЗаО | ЗаО |

Лист регистрации изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 20__ /20__
учебный год

В программу вносятся следующие изменения:

1. _____

2. _____

3. _____

*Указываются номера страниц, на которых
внесены изменения,
и кратко дается характеристика этих
изменений*

Программа одобрена на заседании кафедры –разработчика «__» _____ 20__ г.,
протокол № _____

Зав. кафедрой _____ Жукова И.В.

Программа одобрена методическим советом института _____
«__» _____ 20__ г., протокол № _____

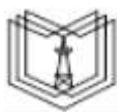
Зам. директора по УМР _____
/ _____ /

Подпись, дата

Согласовано:

Руководитель ОПОП _____

Подпись, дата



КГЭУ

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования

«КАЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «КГЭУ»)

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине**

Физическая культура и спорт

Направление подготовки 46.03.02 Документоведение и архивоведение

Направленность
обеспечение управления Документоведение и документационное

Квалификация бакалавр

г. Казань, 2020

Оценочные материалы по дисциплине «Физическая культура и спорт» - комплект контрольно-измерительных материалов, предназначенных для оценивания результатов обучения на соответствие индикаторам достижения компетенции(й):

способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности – ОК-7, ОК-8.

Оценивание результатов обучения по дисциплине осуществляется в рамках текущего контроля успеваемости, проводимого по балльно-рейтинговой системе (БРС), и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание процесса обучения по дисциплине. При текущем контроле успеваемости используются следующие оценочные средства: тестирование.

Промежуточная аттестация имеет целью определить уровень достижения запланированных результатов обучения по дисциплине за 6 семестр. Форма промежуточной аттестации зачёт с оц.

Оценочные материалы включают задания для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, разработанные в соответствии с рабочей программой дисциплины.

1. Технологическая карта

Семестр 6

| Номер раздела/ темы дисциплины | Вид СРС | Наименование оценочного средства | Запланированные дескрипторы освоения дисциплине | Уровень освоения дисциплины, баллы | | | |
|--------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|---|------------------------------------|---------------|--------------|---------------|
| | | | | неудов-но | удов-но | хорошо | отлично |
| | | | | не зачтено | зачтено | | |
| | | | | низкий | ниже среднего | средний | высокий |
| Текущий контроль успеваемости | | | | | | | |
| 1 | Подготовка к тестированию. | тест | ОК-7 (31, У1, В1) ОК-8 (31, У1, В1) | 0-17 | 17-24 | 20-27 | 22-30 |
| 2 | Подготовка к тестированию. | тест | ОК-7 (31, У1, В1) ОК-8 (31, У1, В1) | 0-17 | 18-25 | 20-27 | 23-30 |
| Всего баллов | | | | 34 | 35-49 | 40-54 | 45-60 |
| Промежуточная аттестация | | | | | | | |
| | Подготовка к зачету с оценкой | Задания к зачету с оценкой | ОК-7 (31, У1, В1) ОК-8 (31, У1, В1) | 0 | 20 | 30 | 40 |
| Итого баллов | | | | 0-34 | 55-69 | 70-84 | 85-100 |

2. Перечень оценочных средств

Краткая характеристика оценочных средств, используемых при текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине:

| | | |
|----------------------------------|--|---------------------------|
| Наименование оценочного средства | Краткая характеристика оценочного средства | Оценочные материалы |
| Тест | Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося. | Комплект тестовых заданий |

3. Фонд оценочных средств текущего контроля успеваемости обучающихся

| Наименование оценочного средства | Тест |
|---|--|
| Представление и содержание оценочных материалов | <p>1. Какое из понятий является наиболее емким (включающим все остальные): а — спорт; б — система физического воспитания; в — физическая культура.</p> <p>2. Состояние организма, характеризующееся прогрессивными функциональными изменениями, произошедшими под влиянием повторения двигательных действий, обозначается как: а — развитие; б — закаленность; в — тренированность; г — подготовленность.</p> <p>3. Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательными и другим умениям и навыкам, а также их дальнейшее совершенствование обозначается как: а — тренировка; б — методика; в — система знаний; г — педагогическое воздействие.</p> <p>4. Где проводились древнегреческие Олимпийские игры: а — в Олимпии; б — в Спарте; в — в Афинах.</p> <p>5. Олимпийские игры (летние или зимние) проводятся через каждые: а — 5 лет; б — 4 года; в — 2 года; г — 3 года.</p> <p>6. При физической работе в душном помещении или одежде, которая плохо пропускает воздух, может возникнуть: а — ожог; б — тепловой удар; в — перегревание; г — солнечный удар.</p> <p>7. Рациональное питание обеспечивает: а — правильный рост и формирование организма; б — сохранение здоровья; в — высокую работоспособность и продление жизни; г — все перечисленное.</p> <p>8. Что понимается под закаливанием:</p> |

| | |
|---|--|
| | <p>а — посещение бани, сауны; б — повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных условий окружающей среды; в — купание, принятие воздушных и солнечных ванн в летнее время; г — укрепление здоровья.</p> <p>9. Назовите основные факторы риска в образе жизни людей: а — малая двигательная активность (гипокинезия), психологические стрессы; б — нарушение в питании, переедание, алкоголизм, наркомания, курение; в — все перечисленное.</p> <p>10. Какими показателями характеризуется физическое развитие: а — антропометрическими показателями; б — ростовесовыми показателями, физической подготовленностью; в — телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья.</p> |
| Критерии оценки и шкала оценивания в баллах | <p>Тесты представляют собой задания, которые выполняются в течение 30 минут по окончании изучения разделов 1 и 2 (по материалам разделов)</p> <p>Студенту выдается задание, состоящее из 10 тестов. За каждое правильно выполненное задание присваивается 3 балла.</p> <p>Количество баллов: максимум – 60</p> <p>(30 баллов за раздел 1, 30 баллов за раздел 2).</p> |

4. Фонд оценочных средств промежуточной аттестации.

| Наименование оценочного средства | Зачет с оценкой |
|---|---|
| Представление и содержание оценочных материалов | <p>Зачет проводится в форме тестирования в системе LMS Moodle. Выборка для тестируемого содержит 20 вопросов по темам, генерируемые случайным образом. Формы заданий: закрытые, открытые, на упорядочение, на соответствие. Тестовые задания содержат теоретические и практические задания.</p> <p>Примеры тестовых заданий.</p> <p>1. Под физической культурой понимается: -: педагогический процесс по физическому совершенствованию человека; -: регулярные занятия физическими упражнениями, закаливание организма; +: достижения общества, отражающие физическое и духовное развитие человека.</p> <p>2. Какое из понятий является наиболее емким (включающим все остальные): -: спорт; -: система физического воспитания; +: физическая культура.</p> <p>3. Процесс, направленный на разностороннее воспитание физических качеств человека, обеспечивающий формирование с детского возраста</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>физически крепкого молодого поколения с гармоничным развитием, называется:</p> <ul style="list-style-type: none"> +: общей физической подготовкой; -: специальной физической подготовкой; -: гармонической физической подготовкой; -: прикладной физической подготовкой. <p>4. Состояние организма, характеризующееся прогрессивными функциональными изменениями, произошедшими под влиянием повторения двигательных действий, обозначается как:</p> <ul style="list-style-type: none"> +: развитие; -: закаленность; -: тренированность; -: подготовленность. <p>5. Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательными и другим умениям и навыкам, а также их дальнейшее совершенствование обозначается как:</p> <ul style="list-style-type: none"> -: тренировка; +: методика; -: система знаний; -: педагогическое воздействие. <p>6. Какая страна является родиной Олимпийских игр:</p> <ul style="list-style-type: none"> -: Рим; -: Китай; +: Греция; -: Египет. <p>7. Где проводились древнегреческие Олимпийские игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> +: в Олимпии; -: в Спарте; -: в Афинах. <p>8. Почему античные Олимпийские игры называли праздниками мира:</p> <ul style="list-style-type: none"> -: они имели мировую известность; -: в них принимали участие атлеты со всего мира; +: в период проведения игр прекращались войны; -: они отличались миролюбивым характером соревнований. |
| <p>Критерии оценки и шкала оценивания в баллах</p> | <p>Все вопросы имеют равный вес. Результаты тестирования отображаются в 100 балльной шкале. Для успешного прохождения тестирования необходимо сдать тест на 50 баллов и более. Далее полученные баллы пересчитываются в 40 балльную шкалу:</p> <p>Баллы БРС = Баллы за тестирование / 100 * 40.</p> <p>Максимальное количество баллов за экзаменационное тестирование 40. Для успешного прохождения тестирования необходимо сдать тест на 20 баллов и более.</p> |