

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Минцаев Магомед Шавалович
Должность: Ректор
Дата подписания: 06.09.2023 14:14:52
Уникальный программный ключ:
236bcc35c296f110d6e6ff1c22836121db52d8c07971ca86865e5825f9fa4704cc


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА»**

Кафедра «Физвоспитание»

УТВЕРЖДЕН

на заседании кафедры
«22 06 20 23 г., протокол № 1 _ _

Заведующий кафедрой
 А.Х. Мамадиев

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

«Прикладная физическая культура и спорт»

Специальность

21.05.01 Прикладная геодезия

Специализация

«Инженерная геодезия»

Квалификация

Инженер-геодезист

Год начала подготовки

2023

Составитель:  /М.У.Идигов/

ПАСПОРТ

ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

«Прикладная физическая культура и спорт»

| № п/п | Контролируемые разделы (темы) дисциплины* | Код контролируемой компетенции (или ее части) | Наименование оценочного средства |
|-------|---|---|----------------------------------|
| 1. | Обще - Физическая Подготовка (юноши, девушки) | УК-7 | Тест |
| 2. | Футбол/мини-футбол (юноши) | УК-7 | |
| 3. | Баскетбол (юноши, девушки) | УК-7 | |
| 4. | Волейбол (юноши, девушки) | УК-7 | |
| 5. | Легкая атлетика (юноши, девушки) | УК-7 | |
| 6. | Фитнес (девушки) | УК-7 | |
| 7. | Самостоятельная работа (раздел предусмотрен только для студентов освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья) | УК-7 | Реферат |
| 8. | Итоговая аттестация | УК-7 | Зачет |

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

| № п/п | Наименование оценочного средства | Краткая характеристика оценочного средства | Представление оценочного средства в фонде |
|----------|--|---|--|
| 1. | Тест | Контрольные испытания, направленные на выявления изменений в двигательных навыках и физическом развитии. | -Контрольные тестовые нормативы ОФП для оценки практического раздела дисциплины <i>(юноши)</i> ; -Контрольные тестовые нормативы ОФП для оценки практического раздела дисциплины <i>(девушки)</i> |
| 2. | Реферат | Самостоятельный проблемно-поисковый труд студента, с материалом по определенной теме. | Список тем рефератов для 1 аттестации; - Список тем рефератов для 2 аттестации |
| 3. | Зачет | Итоговый показатель, сформированный на основании результатов тестирования и защиты реферата для студентов освобожденных от практических занятий | -Итоговые баллы |

ТЕСТ

-Контрольные тестовые нормативы ОФП для оценки практического раздела дисциплины (юноши)

1 рубежная аттестация:

Бег 100 м

| | | | | | |
|-------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| Баллы | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| <i>Результат (сек.)</i> | 13.2 | 13.8 | 14.0 | 14.3 | 14.6 |

Тест на гибкость: наклон вперед стоя с выпрямленными ногами

| | | | | | |
|------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| Баллы | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| <i>Результат (см.)</i> | 20 | 15 | 10 | 8 | 0 |

Прыжок в длину с места

| | | | | | |
|------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| Баллы | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| <i>Результат (см.)</i> | 250 | 240 | 230 | 223 | 215 |

2 рубежная аттестация:

Бег 3000 м

| | | | | | |
|-----------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| Баллы | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| <i>Результат (мин.сек.)</i> | 12.00 | 12.35 | 13.10 | 13.50 | 14.00 |

Силовой переворот в упор на перекладине

| | | | | | |
|---------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| Баллы | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| <i>Результат (кол-во)</i> | 8 | 5 | 3 | 2 | 1 |

Подтягивание на перекладине

| | | | | | |
|---------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| Баллы | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| <i>Результат (кол-во)</i> | 15 | 12 | 9 | 7 | 5 |

-Контрольные тестовые нормативы ОФП для оценки практического раздела дисциплины (девушки)

1 рубежная аттестация:

Бег 100 м

| | | | | | |
|-------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| Баллы | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| <i>Результат (сек.)</i> | 15.7 | 16.0 | 17.0 | 17.9 | 18.7 |

Тест на гибкость: наклон вперед стоя с выпрямленными ногами

| | | | | | |
|------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| Баллы | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| <i>Результат (см.)</i> | 20 | 15 | 10 | 8 | 0 |

Прыжок в длину с места

| | | | | | |
|------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| Баллы | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| <i>Результат (см.)</i> | 190 | 180 | 168 | 160 | 150 |

2 рубежная аттестация:

Бег 2000 м

| | | | | | |
|-----------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| Баллы | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| <i>Результат (мин.сек.)</i> | 10.15 | 10.50 | 11.15 | 11.50 | 12.15 |

Подъем туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой.

| | | | | | |
|---------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| Баллы | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| <i>Результат (кол-во)</i> | 60 | 50 | 40 | 30 | 20 |

Отжимание в упоре на гимнастической скамье

| | | | | | |
|---------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| Баллы | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| <i>Результат (кол-во)</i> | 18 | 15 | 12 | 9 | 7 |

Критерии оценки:

- (10 баллов) Студент выполнил тестовое задание без нарушений техники движения, правильно, на 10 бальный показатель. Продемонстрировал отличные умения в рамках освоенного учебного материала.
- (8 баллов) Студент выполнил тестовое задание с небольшими неточностями в технике движения, на 8 бальный показатель. Продемонстрировал хорошие умения в рамках освоенного учебного материала.
- (6 баллов) Студент выполнил тестовое задание с существенными неточностями в технике движения, на 6 бальный показатель. Продемонстрировал слабые умения в рамках освоенного учебного материала.
- (4 балла) Студент выполнил тестовое задание с существенными неточностями и ошибками в технике движения, на 4 бальный показатель. Продемонстрировал слабые умения в рамках освоенного учебного материала.
- (2 балла) Студент выполнил тестовое задание с ошибками в технике движения, на 2

бальный показатель. Продemonстрировал слабые умения в рамках освоенного учебного материала.

РЕФЕРАТ

1 семестр

1 аттестация (на выбор):

- Здоровый образ жизни и факторы его определяющие.
- Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями.
- Понятие о гигиене. Значение гигиенических требований и норм для организма.

2 аттестация (на выбор):

- Средства восстановления организма после физической нагрузки.
- Растяжка как вид оздоровительного воздействия на организм.
- Основные стороны подготовки спортсмена.

2 семестр

1 аттестация (на выбор):

- Оценка и коррекция телосложения.
- Формирование правильной осанки.
- Закаливание – одно из средств укрепления здоровья.

2 аттестация (на выбор):

- Корректирующая гимнастика для глаз.
- Раздельное питание.
- Лечебная физкультура при заболевании гипертонией.

3 семестр

1 аттестация (на выбор):

- Лечебная физкультура при заболевании сколиозом.
- Лечебная физкультура при заболевании миопией.
- Лечебная физкультура при заболевании гастритом.

2 аттестация (на выбор):

- Занятия спортом как средство развития профессионально важных жизненных качеств (на примере конкретной профессиональной деятельности).
- Предупреждение профессиональных заболеваний и самоконтроль.
- Национальные виды спорта и игры.

4 семестр

1 аттестация (на выбор):

- Учет половых и возрастных особенностей при занятиях физической культурой и спортом.
- Организм человека, как единая биологическая система. Воздействие средств физической культуры и спорта, природных, социальных и экологических факторов на организм.

2 аттестация (на выбор):

- Значение двигательной активности для здоровья человека.
- Влияние физических упражнений на умственную работоспособность.
- Влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую и дыхательную систему.

5 семестр

1 аттестация (на выбор):

- Возрастные особенности двигательных качеств.
- Методы развития силы.
- Развитие выносливости.

2 аттестация (на выбор):

- Развитие быстроты.
- Развитие гибкости.
- Методики оценки усталости и утомления.

Критерии оценки:

– (20 баллов) Студент правильно выполнил самостоятельное задание. Показал отличные умения в рамках освоенного учебного материала. Ответил на все дополнительные вопросы.

– (15 баллов) Студент выполнил самостоятельное задание с небольшими неточностями. Показал хорошие умения в рамках освоенного учебного материала. Ответил на большинство дополнительных вопросов;

– (10 баллов) Студент выполнил самостоятельное задание с существенными неточностями. Показал удовлетворительные умения в рамках освоенного учебного материала. При ответах на дополнительные вопросы было допущено много неточностей;

– (5 баллов) При выполнении самостоятельного задания студент продемонстрировал недостаточный уровень умений. При ответах на дополнительные вопросы было допущено множество неправильных ответов.

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА**

Институт САиД

Кафедра ГизК

- Итоговый балл:

На основании бально - рейтинговой системы дисциплины «Прикладная физическая культура» для студентов итоговый балл формируется из суммы баллов: за посещаемость и результатов тестов 6 нормативов. Для студентов освобожденных от занятий - за защиту 2 рефератов. Зачет считается автоматический если сумма баллов - 40 и выше.

Критерии оценки:

-оценка «зачтено» (...балл) Студент продемонстрировал достаточно хороший уровень на тестовых нормативах. Показал отличные умения в рамках освоенного учебного материала, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

- оценка «не зачтено» (....балл) Студент продемонстрировал недостаточный уровень на тестовых нормативах. Не выполняет практические задания, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.