**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**

**высшего образования**

**Московский государственный институт культуры**

|  |
| --- |
| **УТВЕРЖДЕНО**  **Председатель УМС**  **Факультета музыкального**  **Искусства Н.И.Ануфриева** |

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
Физическая культура и спорт (элективные курсы) Игровые виды спорта**

|  |  |
| --- | --- |
| **Направление подготовки:** | **51.03.02 «Народная художественная культура»** |
| **Профиль подготовки:** | **Руководство казачьим творческим коллективом** |
| **Квалификация выпускника:** | **бакалавр** |
| **Форма обучения:** | **очная, заочная** |

**Раздел 1. Перечень компетенций**

| **Формируемые компетенции** | **Индикаторы компетенций** | **Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций** | **Наименование оценочных средств**  (*опрос, доклад, реферат, курсовая работа, тест, творческое задание, проект, вопросы/задания промежуточной аттестации и др.)*/  шифр раздела *(пункт/подпункт)* в данном документе |
| --- | --- | --- | --- |
| **УК-7**  Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения профессиональной и социальной деятельности | УК-7.1 - Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и Знать: нормы здорового образа жизни и роль физической культуры в достижении профессиональных успехов профессиональной деятельности, соблюдает нормы здорового образа жизни УК-7.2 - Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровье-сберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности УК-7.3 - Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности | **Знать:**  — методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности;  — социально-гуманитарную роль физической культуры и спорта в развитии личности;  — роль физической культуры и принципы здорового образа жизни; — влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;  — способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;  — правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;  **Уметь:**  — организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; — использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа;  — выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики; — выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; — выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;  **Владеть:** — опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания;  — способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;  — методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма;  — методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях. | Задания репродуктивного уровня\**: сдача контрольных нормативов* |
| Задания реконструктивного уровня: *демонстрация упражнений из базовых видов спорта* |
| Задания практико-ориентированного и/или исследовательского уровня: *написание реферата* |

**Раздел 2. Типовые и оригинальные контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки планируемых результатов обучения по дисциплине "Физическая культура и спорт (Элективные курсы. Спортивные игры) (оценочные средства). Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания.**

**2.1. Оценочные средства по дисциплине «Физическая культура и спорт (Элективные курсы)» по очной форме обучения**.

К практическим занятиям по дисциплине **«Физическая культура и спорт (Элективные курсы. Спортивные игры)»** допускаются студенты основной, подготовительной и медицинской группы.

По дисциплине применяется балльная система оценки успеваемости студентов. Оценка студента определяется в зависимости от накопительной суммы баллов за освоение отдельных составляющих дисциплины (посещаемость обязательных учебных занятий, знания теоретического и методико-практического разделов программы, выполнение установленных на данный семестр контрольных нормативов общей и прикладной физической культуры, участие в спортивной работе). Нормативы практического раздела дисциплины **«Физическая культура и спорт (Элективные курсы. Спортивные игры)»** разрабатываются кафедрой с учетом спортивной базы вуза и профиля выпускаемых специалистов.

Студенты основной и подготовительной группы сдают обязательные тесты (Приложение 2). Обязательные тесты проводятся в начале учебного года как контрольные, характеризующие уровень физической подготовленности студента и физическую активность студента в каникулярное время, и в конце учебного года – как определяющие сдвиг в уровне физической подготовленности за прошедший учебный год.

Для студентов основной и подготовительной группы:

**2 семестр.**

1. Вид промежуточной аттестации –зачет.

2. Форма проведения -выполнение контрольных нормативов физических упражнений.

3. Перечень физических упражнений, выносимых на промежуточную аттестацию:

1.бег на 100 м;

2.бег на 2 км (девушки), на 3 км (юноши);

3.сгибание и разгибание рук в упоре лежа;

4. девушки -поднимание (сед.) и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз); юноши - подтягивание на перекладине (кол. раз)

5.прыжок в длину с места.

3 **семестр**.

1. Вид промежуточной аттестации –зачет.

2. Форма проведения -выполнение контрольных нормативов физических упражнений.

3. Перечень физических упражнений, выносимых на промежуточную аттестацию:

1.бег на 100 м;

2.бег на 2 км (девушки), на 3 км (юноши);

3. бросок мяча по кольцу одной рукой от плеча после ведения;

4. девушки -поднимание (сед.) и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз); юноши - подтягивание на перекладине (кол. раз)

5. штрафной бросок (любым способом).

**4семестр.**

1. Вид промежуточной аттестации –зачет.

2. Форма проведения -выполнение контрольных нормативов физических упражнений.

3. Перечень физических упражнений, выносимых на промежуточную аттестацию:

1.бег на 100 м;

2.бег на 2 км (девушки), на 3 км (юноши);

3.передача волейбольного мяча в парах;

4. девушки -поднимание (сед.) и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз); юноши - подтягивание на перекладине (кол. раз)

5.подача волейбольного мяча любым способом.

|  |  |
| --- | --- |
| Шкала оценивания | Критерии оценивания |
| «зачтено» | Ставится, если обучающийся освоил программный материал, овладел необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий. Средний бал за выполнение нормативов не ниже 2.0 |
| «не зачтено» | Ставится, если обучающийся не освоил программный материал, не овладел необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий. Средний бал за выполнение нормативов ниже 2.0 |

Студенты (специальной медицинской группы) с ограниченными возможностями здоровья и инвалиды пишут рефераты на выбранные темы (Приложение 1).

Студент может быть аттестован, если выполнены все требования к написанию реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

**2.2. Оценочные средства по дисциплине «Физическая культура и спорт (Элективные курсы)» по заочной форме обучения**.

Студенты заочной формы обучения аттестуются по дисциплине по итогу посещения занятий практического типа и написания реферата на выбранную тему.

Студент может быть аттестован, если выполнены все требования к написанию реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Тест проводится в электронной среде вуза, открывается в определенное в расписании время экзамена. Время выполнения – 40 минут, ограничение – 1 попытка.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Компетенция**  **(часть компетенции)** | **Вопрос** | **Варианты ответов** |
|  | **УК-7.**  **Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности** | Разновидностью какого класса подвижных игр (П.И.) являются эстафеты? | А) командные П.И.  Б) некомандные П.И.  В) переходные П.И.  Г) подражательные игры |
|  | Что НЕ характерно для спортивных игр (ВЫБЕРИТЕ ЛИШНЕЕ): | А) наличие правил  Б) Взаимодействие с партнерами  В) Двигательная активность  Г) Учёт индивидуальных достижений |
|  | Какой технический прием в баскетболе дает игроку возможность передвигаться по площадке с мячом? | А) ведение мяча  Б) бросок мяча  В) передача мяча  Г) подача |
|  | Каким способом нельзя вести мяч в баскетболе? | А) двумя руками одновременно  Б) правой рукой  В) левой рукой  Г) двумя руками поочередно |
|  | Что не включает в себя техника передвижений в баскетболе? | А) ведение мяча  Б) стойки  В) остановки  Г) повороты |
|  | Сколько времени отводится на выполнение подачи в волейболе? | А) 8 сек.  Б) 3 сек.  В) 5 сек.  Г) 10 сек. |
|  | Сколько попыток подачи разрешено в волейболе? | А) 1 попытка  Б) 4 попытки  В) 3 попытки  Г) 2 попытки |
|  | В какой стране возникла игра волейбол? | А) В США  Б) В Англии  В) В России  Г) На Кубе |
|  | Сколько человек состоит в футбольной команде? | А) 5  Б) 8  В) 11  Г) 15 |
|  | Чем нельзя отбивать мяч в футболе? | А) Рука  Б) Нога  В) Грудь  Г) Голова |
|  | Сколько человек состоит в команде по мини-футболу? | А) 5  Б) 8  В) 11  Г) 15 |
|  | Разрешено ли играть в мини-футбол в шипованных бутсах? | А) Да  Б) Нет  В) По усмотрению судьи |
|  | Жёлтая карточка, предъявленная судьёй, означает: | А) Тайм-аут  Б) Предупреждение  В) Удаление |
|  | Красная карточка, предъявленная судьёй, означает: | А) Тайм-аут  Б) Предупреждение  В) Удаление |
|  | В мини-футболе имеет ли право вратарь поменяться с каким-либо полевым игроком своей команды? | А) Да  Б) Нет  В) По усмотрению судьи  Г) Только в случае травмы вратаря |
|  | В какой спортивной игре используются ворота? | А) Теннис  Б) Волейбол  В) Мини-футбол  Г) Настольный теннис |
|  | В какой спортивной игре используется корзина? | А) Хоккей  Б) Волейбол  В) Мини-футбол  Г) Баскетбол |
|  | В какой спортивной игре отсутствует парный разряд? (ВЫБЕРИТЕ ЛИШНЕЕ) | А) Теннис  Б) Волейбол  В) Мини-футбол  Г) Настольный теннис |
|  | В какой спортивной игре НЕ используется мяч круглой формы? (ВЫБЕРИТЕ ЛИШНЕЕ) | А) Баскетбол  Б) Волейбол  В) Футбол  Г) Регби |
|  | Что из перечисленного НЕ является отечественной традиционной дворовой спортивной игрой? (ВЫБЕРИТЕ ЛИШНЕЕ) | А) Городки  Б) Софтбол  В) Пионербол  Г) Казаки-разбойники |

Критерии оценки (в баллах) в целом по тестированию предмета:

- в случае если из общего числа вопросов менее 50 % правильных ответов, при данном уровне результатов тестирование признается неудовлетворительным/ незачтено;

- в случае если из общего числа вопросов дано 50-74% правильных ответов тестирование признается удовлетворительным/ зачтено;

- в случае если из общего числа вопросов дано 75-95% правильных ответов результат тестирования признается хорошим/ зачтено;

- в случае если из общего числа вопросов правильные ответы даны на 96-100% вопросов, результат тестирования признается отличным/ зачтено.

**КЛЮЧ К ТЕСТУ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ ВОПРОСА** | **Правильный ответ** |
|  | **А** |
|  | **Г** |
|  | **А** |
|  | **А** |
|  | **В** |
|  | **А** |
|  | **А** |
|  | **А** |
|  | **В** |
|  | **А** |
|  | **А** |
|  | **Б** |
|  | **Б** |
|  | **В** |
|  | **А** |
|  | **В** |
|  | **Г** |
|  | **В** |
|  | **Г** |
|  | **Б** |

|  |  |
| --- | --- |
| Шкала оценивания | Критерии оценивания |
| «зачтено» | Ставится, если обучающийся освоил программный материал, овладел необходимыми умениями и навыками при выполнении заданий. |
| «не зачтено» | Ставится, если обучающийся не освоил программный материал, не овладел необходимыми умениями и навыками при выполнении заданий. |

**Приложение 1.**

**Перечень тем для написания реферата по дисциплине «Физическая культура и спорт»**

1. Спортивные игры. Их отличия от других видов физической активности.
2. Спортивные игры. Типы и виды.
3. История и правила футбола.
4. История и правила мини-футбола.
5. История и правила волейбола.
6. История и правила баскетбола.
7. История и правила гандбола.
8. История и правила регби.
9. История и правила бейсбола.
10. История и правила водного поло.
11. История и правила футбола.
12. История и правила настольного тенниса.
13. История и правила тенниса
14. История и правила бадминтона
15. История и правила пляжного волейбола
16. История и правила хоккея
17. История и правила хоккея на траве
18. История и правила гольфа
19. Бильярд как спортивная игра. Виды и правила
20. История и правила кёрлинга
21. История и правила крикета
22. Традиционные дворовые спортивные игры. Лапта.
23. Традиционные дворовые спортивные игры. Пионербол.
24. Традиционные дворовые спортивные игры. Городки.
25. Традиционные дворовые спортивные игры. Казаки-разбойники.

Приложение 2

**Обязательные тесты определения физической подготовленности**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Характеристика направленности тестов** | **Женщины** | | | | | **Мужчины** | | | | | |
|  | **О ц е н к а в баллах** | | | | | | | | | | |
|  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1.**Тест на скоростно-силовую подготовленность**:  Бег – 100м (сек.) | 15.7 | 16.0 | 17.0 | 17.9 | 18.7 | 13.2 | 13.8 | 14.0 | 14.3 | 14.6 |
| 2.**Тест на силовую подготовленность**: Поднимание (сед.) и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз):  Подтягивание на  перекладине (кол. Раз) | 60 | 50 | 40 | 30 | 20 |  |  |  |  |  |
| вес до 85кг |  |  |  |  |  | 15 | 12 | 9 | 7 | 5 |
| вес более 85 кг |  |  |  |  |  | 12 | 10 | 7 | 4 | 2 |
| 3.**Тест на общую выносливость:**  Бег 2000 м (мин.) вес до 70 кг | 10.15 | 10.50 | 11.20 | 11.50 | 12.15 |  |  |  |  |  |
| вес более 70 кг | 10.35 | 11.20 | 11.55 | 12.40 | 13.15 |  |  |  |  |  |
| Бег 3000 м (мин.,с.) вес 85 кг |  |  |  |  |  | 12.00 | 12.35 | 13.10 | 13.50 | 14.30 |
| вес более 85 кг |  |  |  |  |  | 12.30 | 13.10 | 13.50 | 14.40 | 15.30 |