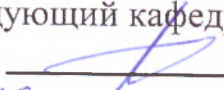


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«МУРМАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»**  
(ФГБОУ ВО «МГТУ»)

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Заведующий кафедрой разработчика  
 / Шелков М. В. /  
«10» июня 2019 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ  
И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

при изучении дисциплины (модуля)  
**Б1.О.40 Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту**

**Направление подготовки/специальность**

11.05.01 Радиоэлектронные системы  
код и наименование направления подготовки /специальности

**Направленность/специализация**

и комплексы  
Радиоэлектронные системы  
передачи информации  
наименование направленности (профиля) /специализации  
образовательной программы

**Разработчик(и)**

Шелков М. В., зав.кафедрой, к.п.н.,  
профессор  
ФИО, должность, ученая степень, (звание)

Мурманск  
2019

## Фонд оценочных средств дисциплины (модуля)

### 1. Характеристика результатов обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Этапы (индикаторы) освоения компетенций	Уровень освоения компетенции			
		<i>Ниже порогового</i>	<i>Пороговый</i>	<i>Продвинутый</i>	<i>Высокий</i>
<p><b>УК-7</b></p> <p>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p><b>ЗНАТЬ:</b>                      виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p><b>УМЕТЬ:</b>                      применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать средства и методы физического воспитания для профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p><b>ВЛАДЕТЬ:</b>                      средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Обучающийся демонстрирует освоение этапов дисциплинарных компетенций на низком уровне. Проявляется полное или практически полное отсутствие знаний, умений, навыков, не может свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой.</p>	<p>Обучающийся демонстрирует освоение этапов дисциплинарных компетенций на базовом уровне: в ходе контрольных мероприятий допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков по некоторым дисциплинарным компетенциям, испытывает затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.</p>	<p>Обучающийся демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций на среднем уровне: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.</p>	<p>Обучающийся демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций на итоговом уровне, обнаруживает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой, умеет свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, свободно оперирует приобретенными знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.</p>

## 2. Перечень оценочных средств для контроля сформированности компетенций в рамках дисциплины

2.1 Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости:

- тестовые задания;
- темы рефератов<sup>1</sup>.

2.2 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) в форме зачета.

Перечень компетенций	Этапы формирования (индикаторы достижений) компетенций	Оценочные средства текущего контроля	Оценочные средства промежуточной аттестации
<b>УК-7</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>знать:</b> виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни	Тест Реферат	Тест Реферат
	<b>уметь:</b> применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	Тест	Тест
	<b>владеть:</b> средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Тест	Тест

## 3. Критерии и шкала оценивания заданий текущего контроля знаний, умений, навыков

3.1 Критерии и шкала оценивания тестирования

Перечень тестовых заданий (контрольных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке), описание процедуры тестирования представлены в методических указаниях к выполнению практических работ.

<sup>1</sup> Для обучающихся, отнесенных к специальной медицинской группе

В ФОС включен типовой вариант тестового задания:

Обязательные тесты

№ п/п	Норматив	Баллы		16	26	36	46	56
		Пол						
1.	Бег 2000 м (мин, сек)	девушки		13,35	12,35	11,35	11,15	10,30
	Бег 3000 м (мин, сек)	юноши		16,00	15,00	14,00	13,30	12,30
	или тест Купера (м за 12 мин.)	девушки		<1500	1500	1800	2200	2700
		юноши		<1600	1600	2200	2400	2800
2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	девушки		120	150	170	180	195
		юноши		175	195	215	230	240
3.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (за 1 мин)	девушки		20	25	34	40	47
		юноши		30	35	40	50	60
4.	Подтягивания в висе лёжа (перекладина на выс. 90 см)	девушки		6	8	10	15	20
	или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	девушки		6	8	10	12	14
	Подтягивание из виса на высокой перекладине	юноши		5	7	9	10	13

Дополнительные тесты (2 из 10 на выбор)

№ п/п	Норматив	Баллы		16	26	36	46	56
		Пол						
1.	Волейбол. Передача сверху над собой (кол-во раз)	девушки		5	8	10	15	20
		юноши		5	8	10	15	20
2.	Волейбол. Верхняя (нижняя) прямая подача (кол-во из 10 раз)	девушки		1	2	3	4	5
		юноши		2	3	4	5	7
3.	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	девушки		+3	+5	+8	+11	+16
4.	Прыжки на скакалке на двух ногах за 30 сек (кол-во раз)	девушки		20	40	50	70	90

5.	Рывок одной рукой гири 16 кг попеременно при правильном техническом исполнении (кол-во раз)	юноши	2	4	6	10	20
6.	Жим штанги лёжа (кг)	юноши	согласно юношеских разрядов				
7.	Бросок баскетбольного мяча со штрафной линии (кол-во из 10 раз)	девушки	1	2	3	4	5
		юноши	1	2	3	4	5
8.	Бросок на два шага при правильном техническом исполнении(кол-во из 10 раз)	девушки	1	2	3	4	5
		юноши	1	2	3	4	5
9.	Настольный теннис. Подачи справа (слева) накатом (кол-во раз)	девушки	2	3	5	7	9
		юноши	2	3	5	7	9
10.	Настольный теннис. Накат справа (слева) по диагонали (кол-во раз)	девушки	17	19	21	23	25

### Критерии оценки тестирования обучающихся

<b>Компетенция (часть компетенции), оцениваемая с помощью тестового задания УК-7</b>			
<b>Уровень сформированности</b>			<b>Критерии оценивания</b>
<b>Знаний</b>	<b>Умений</b>	<b>Навыков</b>	
Сформированные систематические знания методов и средств физической культуры, методики самостоятельных занятий	Сформированное умение на практике использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья и оптимизации работоспособности, разрабатывать и применять методику самостоятельных занятий физической культурой, осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма	Успешное и систематическое владение навыками технико-тактических двигательных действий в предлагаемых видах спортивной деятельности, укрепления индивидуального здоровья, физической культуры личности для полноценной социальной и профессиональной деятельности.	25-30 баллов
Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания методов и средств физической культуры, методики самостоятельных занятий	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы умение на практике использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья и оптимизации работоспособности, разрабатывать и применять методику самостоятельных занятий физической культурой, осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы применение навыков технико-тактических двигательных действий в предлагаемых видах спортивной деятельности, укрепления индивидуального здоровья, физической культуры личности для полноценной социальной и профессиональной деятельности.	18-24 баллов
Общие, но не структурированные знания методов и средств физической	В целом успешное, но не систематически осуществляемое умение на практике использовать средства физической культуры для сохра-	В целом успешное, но не систематическое применение навыков технико-тактических двигательных действий в предлагаемых видах спортивной дея-	10-18 баллов

культуры, методики самостоятельных занятий	нения и укрепления здоровья и оптимизации работоспособности, разрабатывать и применять методику самостоятельных занятий физической культурой, осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма	тельности, укрепления индивидуального здоровья, физической культуры личности для полноценной социальной и профессиональной деятельности.	
Фрагментарные знания методов и средств физической культуры, методики самостоятельных занятий	Частично освоенное умение на практике использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья и оптимизации работоспособности, разрабатывать и применять методику самостоятельных занятий физической культурой, осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма	Фрагментарное применение навыков технико-тактических двигательных действий в предлагаемых видах спортивной деятельности, укрепления индивидуального здоровья, физической культуры личности для полноценной социальной и профессиональной деятельности.	10 и меньше баллов

### 3.2 Критерии и шкала оценивания реферата

Реферат предназначен для формирования и проверки знаний/умений/навыков в рамках оцениваемых компетенций по дисциплине (как задание из дополнительного блока для обучающихся, отнесенных к специальной медицинской группе). Тематика рефератов по дисциплине, требования к структуре, содержанию и оформлению изложены в методических указаниях по написанию рефератов.

В ФОС включены темы рефератов:

1. Значение прикладной физической культуры в жизни человека.
2. История развития физической культуры как дисциплины.
3. Физическая культура и ее влияние на решение социальных проблем.
4. Современные олимпийские игры: особенности проведения и их значение в жизни современного общества.
5. Процесс организации здорового образа жизни.
6. Физическая культура как средство борьбы от переутомления и низкой работоспособности.
7. Основные системы оздоровительной физической культуры.
8. Основные методы саморегуляции психических и физических заболеваний.
9. Профилактика возникновения профессиональных заболеваний.
10. Основные виды спортивных игр.
11. Развитие выносливости во время занятий спортом.
12. Адаптация профессиональных спортсменов к выполнению предусмотренных нагрузок.
13. Анализ системы физической культуры в высших учебных заведениях.
14. Плавание и его воздействие на развитие системы опорно-двигательного аппарата.

15. Особенности правовой базы в отношении спорта и физической культуры в России.
16. История возникновения и развития Олимпийских игр.
17. Контроль, самоконтроль в занятиях физической культурой и спортом. Профилактика травматизма.
18. Утренняя гигиеническая гимнастика и ее значение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.
19. Здоровый образ жизни студента.
20. Формы самостоятельных занятий физическими упражнениями.

<b>Компетенция (часть компетенции), формируемая и оцениваемая с помощью реферата УК-7</b>			
<b>Уровень сформированности</b>			<b>Критерии оценивания</b>
<b>Знаний</b>	<b>Умений</b>	<b>Навыков</b>	
Сформированные систематические знания методов и средств физической культуры, методики самостоятельных занятий, нормативно-законодательной базы, регулирующей физкультурно-массовую и спортивную работу в РФ	Сформированное умение использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья и оптимизации работоспособности; разрабатывать и применять методику самостоятельных занятий физической культурой, осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма	Успешное и систематическое применение навыков участия, организации и проведения групповых и индивидуальных занятий по предлагаемым видам спорта; использования личного опыта физкультурно-спортивной и профессионально-прикладной физической подготовки, методов укрепления индивидуального здоровья, физической культуры личности.	Выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема, обоснована ее актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему, логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объем, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.
Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания методов и средств физической культуры, методики самостоятельных занятий, нормативно-законодательной базы, регулирующей физкультурно-массовую и спортивную работу в РФ	В целом успешные, но содержащие отдельные пробелы умение использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья и оптимизации работоспособности; разрабатывать и применять методику самостоятельных занятий физической культурой, осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы применение навыков участия, организации и проведения групповых и индивидуальных занятий по предлагаемым видам спорта; использования личного опыта физкультурно-спортивной и профессионально-прикладной физической подготовки, методов укрепления индивидуального здоровья, физической культуры лич-	Основные требования к реферату и его защите - выполнены, но при этом допущены недочеты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объем реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

		ности.	
Общие, но не структурированные знания методов и средств физической культуры, методики самостоятельных занятий, нормативно-законодательной базы, регулирующей физкультурно-массовую и спортивную работу в РФ	В целом успешно, но не систематически осуществляемое умение использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья и оптимизации работоспособности; разрабатывать и применять методику самостоятельных занятий физической культурой, осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма	В целом успешное, но не систематическое применение навыков участия, организации и проведения групповых и индивидуальных занятий по предлагаемым видам спорта; использования личного опыта физкультурно-спортивной и профессионально-прикладной физической подготовки, методов укрепления индивидуального здоровья, физической культуры личности.	Имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.
Знания не сформированы	Умения отсутствуют	Навыки отсутствуют	Тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

#### 4. Критерии и шкала оценивания результатов обучения по дисциплине при проведении промежуточной аттестации

##### 4.1 Критерии и шкала оценивания результатов освоения дисциплины с зачетом

Если обучающийся набрал зачетное количество баллов согласно установленному диапазону по дисциплине, то он считается аттестованным.

<b>Сформированность компетенций</b>	<b>Оценка</b>	<b>Баллы</b>	<b>Критерии оценивания</b>
<i>Сформированы</i>	<i>Зачтено</i>	60-100	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону
<i>Не сформированы</i>	<i>Незачтено</i>	0-60	Зачетное количество согласно установленному диапазону баллов не набрано

#### 5. Задания для внутренней оценки уровня сформированности компетенций

Оценочные материалы содержат задания для оценивания знаний, умений и навыков, демонстрирующие уровень сформированности компетенций.



Контрольные задания соответствуют принципам валидности, однозначности, надежности и позволяют объективно оценить результаты обучения и уровни сформированности компетенций (части компетенций).

Код и наименование компетенции	Этапы формирования (индикаторы достижений) компетенций	Задание для оценки сформированности компетенции
<b>УК-7</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>знать:</b> виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни	Теоретические вопросы
	<b>уметь:</b> применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	Теоретические вопросы
	<b>владеть:</b> средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Теоретические вопросы

5.1. Комплекс заданий сформирован таким образом, чтобы осуществить процедуру проверки одной компетенции у обучающегося в течение 5-10 минут в письменной или устной формах.

Содержание комплекса заданий по вариантам:

*Вариант 1*

1. Физическая культура.
2. Физическое воспитание.
3. Спорт.
4. Массовый спорт.
5. Спорт высших достижений.

*Вариант 2*

1. Спортивная тренировка.
2. Физическая рекреация.
3. Физическое развитие.
4. Физическое совершенство.
5. Физическая культура личности.

Шкала оценивания комплексного задания

Оценка (баллы)	Критерии оценки
5 «отлично»	90-100 % правильных ответов

<b>4 «хорошо»</b>	70-89 % правильных ответов
<b>3 «удовлетворительно»</b>	50-69 % правильных ответов
<b>2 «неудовлетворительно»</b>	49% и меньше правильных ответов

Сформированность компетенций (этапов) у обучающихся проводится в соответствии с оценочной шкалой.

## 5.2 Алгоритм, критерии и шкала оценивания сформированности компетенции

Этапы формирования (индикаторы достижений) компетенций	Оценочное средство	Результаты оценивания задания *	Результат оценивания этапа формирования компетенции **	Результат оценивания сформированности компетенции (части компетенций)***
Компетенция УК-7				
Знать	Теоретические вопросы	От 2 до 5 баллов	От 2 до 5 баллов	От 2 до 5 баллов
Уметь	Теоретические вопросы	От 2 до 5 баллов	От 2 до 5 баллов	
Владеть	Теоретические вопросы	От 2 до 5 баллов	От 2 до 5 баллов	

\* Оценка результатов выполнения каждого задания проводится по шкале от 2 до 5 баллов: (5 - «отлично», 4 - «хорошо», 3 - «удовлетворительно» и 2 - «неудовлетворительно»).

\*\* Оценка сформированности компетенции по каждому этапу (индикатору) предполагает расчет среднего арифметического баллов, набранных по всем заданиям проверки этапа сформированности компетенции.

\*\*\* Результаты оценивания сформированности компетенции в целом или ее части (согласно РП) определяются как среднее арифметическое баллов, набранных по всем этапам формирования компетенции.

Уровень сформированности компетенции в целом или ее части оценивается по шкале от 2 до 5 баллов:

**менее 2,5 баллов** – уровень сформированности компетенции ниже порогового;

**2,5-3,4 балла** – пороговый уровень сформированности компетенции;

**3,5-4,4 балла** – продвинутый уровень, компетенция сформирована в полном объеме;

**4,5-5 баллов** – высокий уровень сформированности компетенции.

<b>Уровень сформированности компетенций</b>	<b>Характеристика уровня</b>
<b><i>Высокий</i></b> <i>(отлично)</i>	Содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.
<b><i>Продвинутый</i></b> <i>(хорошо)</i>	Содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками
<b><i>Пороговый</i></b> <i>(удовлетворительно)</i>	Содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, возможно, содержат ошибки
<b><i>Ниже порогового</i></b> <i>(неудовлетворительно)</i>	Содержание курса не освоено, необходимые практические навыки работы не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки