

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
Московский государственный институт культуры**

**УТВЕРЖДЕНО:
Председатель УМС
Факультета государственной
культурной политики
Единак А.Ю.**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ (ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ)**

Направление подготовки: 50.03.03 История искусств

Профиль подготовки/специализация: История русского и зарубежного искусства

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная/заочная

*(ФОС адаптирован для лиц
с ограниченными возможностями
здоровья и инвалидов)*

Раздел 1. Перечень компетенций

Формируемые компетенции	Индикаторы компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Наименование оценочных средств
<p>УК-7</p> <p>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>УК 7.1.</p> <p>Использует знание средств и методов физического воспитания для поддержания своего здоровья в организации свою жизнь</p> <p>УК-7.2.</p> <p>Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p>УК-7.3.</p> <p>Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>	<p>Знать - методы сохранения и укрепления физического здоровья и уметь использовать их для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • социально-гуманитарную ценностную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; • роль физической культуры и принципы здорового образа жизни в развитии человека и его готовности к профессиональной деятельности; • 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 <p>Уметь - организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> • выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической 	<p>Задания репродуктивного уровня: <i>тестовые задания</i></p> <p>Задания реконструктивного уровня: <i>темы к семинарскому заданию, экзаменационные вопросы</i></p> <p>Задания практико-ориентированного и/или исследовательского уровня: <i>темы к семинарскому заданию</i></p>

Формируемые компетенции	Индикаторы компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Наименование оценочных средств
		<p>культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;</p> <ul style="list-style-type: none"> • выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; • преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; • выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; <p>Владеть - опытом спортивной деятельности, физическим самосовершенствованием и самовоспитанием;</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; • методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях. 	

Планируемые результаты обучения (знает, умеет, владеет (имеет навык)) по дисциплине:
Знать

- методы сохранения и укрепления физического здоровья и уметь использовать их для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- социально-гуманитарную ценностную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;

- роль физической культуры и принципы здорового образа жизни в развитии человека и его готовности к профессиональной деятельности;
- 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 творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;
- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;

Владеть

- опытом спортивной деятельности, физическим самосовершенствованием и самовоспитанием;
- 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 повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

3. Описание средств, показателей, критериев и шкал оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенции

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Семестр	Код контролируемых компетенций	Наименование оценочного средства
	Методико-практические и теоретические занятия	1	УК-7	опрос
	Блок лёгкая атлетика	1	УК-7	сдача нормативов
	Блок спортивные игры	1	УК-7	участие (общая подготовка)
	Блок общей физической подготовки	1	УК-7	комплекс упражнений
	Контроль физической подготовленности	1	УК-7	сдача нормативов, зачет

Раздел 2. Типовые и оригинальные контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки планируемых результатов обучения по дисциплине (оценочные средства). Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания.

Контрольные занятия, зачеты обеспечивают оперативную, текущую и итоговую дифференцированную информацию о степени освоения теоретических и методических знаний-умений, о состоянии и динамике физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности каждого студента.

В качестве критериев результативности учебно-тренировочных занятий выступают требования и показатели, основанные на использовании двигательной активности не ниже определенного минимума - регулярности посещения обязательных занятий; обязательных и дополнительных тестов по профессионально-прикладной физической подготовке.

Оперативный контроль обеспечивает информацию о ходе выполнения студентами конкретного раздела, вида учебной работы. Текущий - позволяет оценить степень освоения раздела, темы, вида учебной работы. Промежуточная аттестация (зачеты) дает возможность выявить уровень сформированности физической культуры студента и самоопределения в ней через комплексную проверку знаний, методических и практических умений, характеристику общей физической, спортивно-технической подготовленности студента, его психофизической готовности к профессиональной деятельности.

Вид промежуточной аттестации

- зачет

Условием допуска является выполнение обязательных тестов (нормативов) по общефизической и профессионально-прикладной физической подготовке, предусмотренных в течение обучения.

Критерием успешности освоения учебного материала студентом является экспертная оценка преподавателя регулярности посещения обязательных учебных занятий и результатов соответствующих тестов (сдаваемых нормативов)

Критерии оценивания результатов обучения

Оценка «зачтено» ставится, если студент, завершивший обучение по дисциплине «Физическая культура и спорт», обнаружил знания, общую и специальную физическую подготовленность, соответствующие требованиям программы, прежде всего полностью

сформированную компетенцию УК-7 (знать основы физической культуры и здорового образа жизни; основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями; особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности; уметь использовать физкультурно-спортивную деятельность для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей; владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств - с выполнением, установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке). Студенты, временно освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья, оцениваются по посещаемости занятий с участием в организации судейства, результатам устного опроса.

Сформированность каждой компетенции в рамках освоения данной дисциплины оценивается по трехуровневой шкале: - пороговый уровень является обязательным для всех обучающихся по завершении освоения дисциплины;

- продвинутый уровень характеризуется превышением минимальных характеристик сформированности компетенции по завершении освоения дисциплины;

- эталонный уровень характеризуется максимально возможной выраженностью компетенции и является важным качественным ориентиром для самосовершенствования.

При достаточном качестве освоения более 80% приведенных знаний, умений и навыков преподаватель оценивает освоение данной компетенции в рамках настоящей дисциплины на эталонном уровне, при освоении более 60% приведенных знаний, умений и навыков – на продвинутом, при освоении более 40% приведенных знаний, умений и навыков - на пороговом уровне. В противном случае компетенция в рамках настоящей дисциплины считается неосвоенной.

Уровень сформированности каждой компетенции на различных этапах ее формирования в процессе освоения данной дисциплины оценивается в ходе текущего контроля успеваемости.

Оценка «не зачтено» ставится, если студент не посещал занятия (посетил менее 2/3 занятий) по неуважительной причине, не сдавал необходимые нормативы и не демонстрировал практические умения и навыки в соответствующих разделах дисциплины, т.е. освоил знания, умения и навыки менее порогового уровня 40%.

Описание шкалы оценивания: «зачтено», «не зачтено»

Разработано в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению 50.03.03 История искусств, профиль – История русского и зарубежного искусства.

Разработчик: Кренцель Илья Григорьевич, старший преподаватель кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности
--