Министерство образования и науки РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Глазовский государственный педагогический институт имени В.Г. Короленко»

Утверждена
на заседании ученого совета института
«05» мая 2016 г. протокол № 13
И.о. ректора _____ / Я.А. Чиговская-Назарова /
подпись инициалы, фамилия

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Уровень основной профессиональной образовательной программы	прикладной бакалавриат
Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль)	Музыка и Начальное образование
Форма обучения	Очная
Семестр(ы)	7 8

Глазов 2016

1. Цели и задачи изучения дисциплины

1.1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель: создавать условия обучающимся для получения знаний, умений и навыков, соответствующие содержанию дисциплины «Физическая культура и спорт», формирующие готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающая полноценную деятельность.

Задачи:

- сформировать у обучающихся готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность;
- сформировать знания и навыки, формирующие готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность;
- сформировать теоретические основы физической культуры и спорта.

1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и формулировка компетенции	ОК-8: готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
Результат освоения компетенции	владеет знаниями, умениями и навыками, соответствующими содержанию дисциплины «Физическая культура и спорт», формирующими готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.
Результаты обучения в соответствии с ФГОС ВО	Знать: теоретические основы, формирующие готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность. Уметь: применять знания, формирующие готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность. Владеть: навыками, формирующими готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.

1.3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к базовой части учебного плана.

Для освоения дисциплины необходимы знания дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Общая физическая подготовка», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ».

Знания, умения и навыки, полученные при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт» могут быть использованы студентами при прохождении практики, а также в повседневной жизни при реализации физкультурного и здорового образа жизни.

1.4. Особенности реализации дисциплины

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Объем дисциплины

Вид учебной работы по семестрам	Всего, зачетных единиц	Академические часы
Общая трудоемкость дисциплины	2	72
СЕМЕСТР 7		

Контактная работа с преподавателем:		
Аудиторные занятия (всего)		36
Занятия лекционного типа		12
Занятия семинарского типа		-
Практические занятия		20
Лабораторные работы		-
КСР		4
Самостоятельная работа обучающихся		0
Вид промежуточной аттестации: Зачет		0
СЕМЕСТР 8		
Контактная работа с преподавателем:		
Аудиторные занятия (всего)		36
Занятия лекционного типа		10
Занятия семинарского типа		-
Практические занятия		22
Лабораторные работы		-
КСР		4
Самостоятельная работа обучающихся		0
Вид промежуточной аттестации: Зачет		0

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

№ п/п	Разделы и темы дисциплины Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)						
		всего	ауд	лекц	пр	лаб	КСР	СРС
7 Семестр								
1	Тема 1. Физическая культура общества и человека, понятие физической культуры личности.	4	4	2	2			
2	Тема 2. Ценностные ориентации индивидуальной физкультурной деятельности: укрепление здоровья, физическое совершенствование и формирование здорового образа жизни.	6	6	2	4			
3	Тема 3. Современное Олимпийское и физкультурно-массовое движения.	6	6	2	2		2	
4	Тема 4. Организация и проведение спортивно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий во внеучебное время.	6	6	2	4			
5	Тема 5. Способы индивидуальной организации, планирования, регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими	8	8	2	4		2	

	упражнениями.							
6	Тема 6. Основные формы и виды физических упражнений.	6	6	2	4			
Итого за 7 семестр		36	36	12	20		4	
Вид промежуточной аттестации – зачет								
8 семестр								
1	Тема 1. Роль физической культуры и спорта в профилактике заболеваний и укрепления здоровья. Вредные привычки, причины их возникновения и пагубное влияние на здоровье.	6	6	2	2		2	
2	Тема 2. Особенности техники безопасности и профилактики травматизма, профилактические и восстановительные мероприятия при организации и проведении спортивно-массовых и индивидуальных форм занятий физической культурой и спортом.	6	6	2	4			
3	Тема 3. Физкультурная минутка как форма физкультурно-оздоровительной работы.	8	8	2	6			
4	Тема 4. Основы сбалансированного питания.	8	8	2	4		2	
5	Тема 5. Спортивные и подвижные игры.	8	8	2	6			
Итого за 8 семестр		36	36	10	22		4	
Вид промежуточной аттестации – зачет								
Итого по дисциплине		72	72	22	42		8	

3.2. Занятия лекционного типа

СЕМЕСТР 7

Лекция 1.

Тема: Физическая культура общества и человека, понятие физической культуры личности.

Краткая аннотация к лекции.

Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Современное состояние физической культуры и спорта. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Физическая культура личности. Деятельностная сущность физической культуры в различных сферах жизни. Ценности физической культуры. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности.

Лекция 2.

Тема: Ценностные ориентации индивидуальной физкультурной деятельности: укрепление здоровья, физическое совершенствование и формирование здорового образа жизни.

Краткая аннотация к лекции.

Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту. Основные положения организации физического воспитания в образовательной организации. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Личное отношение к здоровью, как условие формирования здорового образа жизни. Основные требования к организации здорового образа жизни. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни.

Лекция 3.
Тема: Современное Олимпийское и физкультурно-массовое движения.
Краткая аннотация к лекции.
Краткая история и развитие Олимпийских игр и Универсиад. Олимпийские виды спорта. Студенческий и школьный спорт. Формы и особенности общественных физкультурно-массовых движений. Индивидуальный выбор обучающимися видов спорта или видов физической активности для регулярных занятий.

Лекция 4.
Тема: Организация и проведение спортивно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий во внеучебное время.
Краткая аннотация к лекции.
Цели и задачи спортивно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, основы содержания и формы организации. Планирование деятельности организации внеучебных мероприятий. Методика проведения спортивно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом возрастных особенностей.

Лекция 5.
Тема: Способы индивидуальной организации, планирования, регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.
Краткая аннотация к лекции.
Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности. Характер содержания занятий с учетом возвратных особенностей. Особенности самостоятельных занятий для обучающихся. Планирование и управление самостоятельными занятиями. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности. Гигиена самостоятельных занятий. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.

Лекция 6.
Тема: Основные формы и виды физических упражнений.
Краткая аннотация к лекции.
Краткая характеристика основных групп, видов и систем физических упражнений. Виды физических упражнений (силовые упражнения, кардио упражнения, упражнения на растяжку мышц). Типы физических упражнений. Формы физических упражнений.

СЕМЕСТР 8
Лекция 1.
Тема: Роль физической культуры и спорта в профилактике заболеваний и укрепления здоровья. Вредные привычки, причины их возникновения и пагубное влияние на здоровье.
Краткая аннотация к лекции.
Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека. Средства физической культуры и спорта в профилактике заболеваний и укрепления здоровья. Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды. Классификация вредных привычек и их профилактика средствами физической культуры и спорта.

Лекция 2.

Тема: Особенности техники безопасности и профилактики травматизма, профилактические и восстановительные мероприятия при организации и проведении спортивно-массовых и индивидуальных форм занятий физической культурой и спортом.
Краткая аннотация к лекции.
Правила профилактики травматизма и подготовки мест занятий, выбор обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий. Оказание первой помощи при травмах и ушибах во время учебных и внеучебных мероприятий, при организации и проведении спортивно-массовых и индивидуальных форм занятий физической культурой и спортом. Формы и виды профилактических и восстановительных мероприятий.

Лекция 3.
Тема: Физкультурная минутка как форма физкультурно-оздоровительной работы.
Краткая аннотация к лекции.
Виды физкультминуток. Методика проведения физкультминуток. Комплексы упражнений физкультминуток.

Лекция 4.
Тема: Основы сбалансированного питания.
Краткая аннотация к лекции.
Значение питания для человека, функции питания, режимы питания. Принципы сбалансированного питания. Правила рационального питания. Распределение белков, жиров и углеводов. Рацион питания с учетом возрастных особенностей.

Лекция 5.
Тема: Спортивные и подвижные игры.
Краткая аннотация к лекции.
Краткая история развития спортивных и подвижных игр. Классификация видов спортивных и подвижных игр. Правила проведения спортивных и подвижных игр. Правила судейства спортивных игр. Техника безопасности при проведении спортивных и подвижных игр.

3.3. Занятия семинарского типа
Учебным планом не предусмотрены.

3.4. Практические занятия
СЕМЕСТР 7
Практическое занятие 1.
Тема: Физическая культура общества и человека, понятие физической культуры личности.
Перечень заданий: работа с учебным материалом по дисциплине. Составление таблицы видов физического воспитания и компонентов физической культуры. Работа с текстом по краткой истории физической культуры.

Практическое занятие 2.
Тема: Ценностные ориентации индивидуальной физкультурной деятельности: укрепление здоровья, физическое совершенствование и формирование здорового образа жизни.
Перечень заданий: составление таблицы ценностей физической деятельности. Составление таблицы факторов здорового образа жизни. Составление таблицы видов закаливания и их особенностей.

Практическое занятие 3.
Тема: Ценностные ориентации индивидуальной физкультурной деятельности: укрепление здоровья, физическое совершенствование и формирование здорового образа жизни.

Перечень заданий: составление таблицы уровней физической культуры личности и их особенностей. Решение ситуативных задач по определению ценностей физической культуре. Разработка индивидуальных рекомендаций по физическому совершенствованию.

Практическое занятие 4.
Тема: Современное Олимпийское и физкультурно-массовое движения.
Перечень заданий: работа с материалом по краткой истории Олимпийского движения, составление тезисов по теме. Составление ленты времени основных событий по развитию физкультурно-массовых движений в России. Определение основных элементов современного Олимпийского движения.

Практическое занятие 5.
Тема: Организация и проведение спортивно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий во внеучебное время.
Перечень заданий: составление плана проведения спортивно-оздоровительного мероприятия. Составление обязанностей организаторов спортивных мероприятий.

Практическое занятие 6.
Тема: Организация и проведение спортивно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий во внеучебное время.
Перечень заданий: составление конспекта спортивно-массового мероприятия. Составление таблицы ролей организаторов мероприятия.

Практическое занятие 7.
Тема: Способы индивидуальной организации, планирования, регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.
Перечень заданий: составление таблицы типов телосложения и их особенностей. Составление таблицы уровней физических нагрузок и их влияние на организм. Определение индивидуального физического состояния. Измерение биологических показателей.

Практическое занятие 8.
Тема: Способы индивидуальной организации, планирования, регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.
Перечень заданий: Измерение основных физических показателей. Оценка физического развития на основе антропометрических показателей. Составление индивидуальных рекомендаций по регулированию и контролю физических нагрузок.

Практическое занятие 9.
Тема: Основные формы и виды физических упражнений.
Перечень заданий: работа с материалом по основным формам физических упражнений. Решение задач на соответствие видов физической культуры. Составление таблицы типов физических упражнений и их особенностей.

Практическое занятие 10.
Тема: Основные формы и виды физических упражнений.
Перечень заданий: составление таблицы видов физических упражнений и их особенностей. Решение задач на соответствие по группам физических упражнений и их влияния на развития физических качеств. Составление таблицы аэробных и анаэробных упражнений.

СЕМЕСТР 8

Практическое занятие 1.

Тема: Роль физической культуры и спорта в профилактике заболеваний и укрепления здоровья. Вредные привычки, причины их возникновения и пагубное влияние на здоровье.

Перечень заданий: составление таблицы вредных привычек и их негативные влияния на организм человека. Составление схемы физической активности в профилактике заболеваний. Разработка рекомендаций по укреплению здоровья средствами физической активности.

Практическое занятие 2.

Тема: Особенности техники безопасности и профилактики травматизма, профилактические и восстановительные мероприятия при организации и проведении спортивно-массовых и индивидуальных форм занятий физической культурой и спортом.

Перечень заданий: работа с документами о безопасности образовательной организации. Составление инструкции по технике безопасности при занятиях физической активности с обучающимися. Разработка рекомендаций по обеспечению безопасности при выполнении физических упражнений.

Практическое занятие 3.

Тема: Особенности техники безопасности и профилактики травматизма, профилактические и восстановительные мероприятия при организации и проведении спортивно-массовых и индивидуальных форм занятий физической культурой и спортом.

Перечень заданий: составление плана-конспекта профилактического мероприятия. Составление таблицы форм занятий физической культурой и спортом. Составление плана профилактических мероприятий при организации спортивно-массовых занятий.

Практическое занятие 4.

Тема: Физкультурная минутка как форма физкультурно-оздоровительной работы.

Перечень заданий: анализ методической литературы по проведению физкультурных занятий в режиме дня. Разработка и проведение комплекса упражнений физкультурной минутки для обучающихся младшего школьного звена. Разработка комплекса упражнений физкультурной минутки для развития поддержания общего физического развития.

Практическое занятие 5.

Тема: Физкультурная минутка как форма физкультурно-оздоровительной работы.

Перечень заданий: разработка и проведение комплекса упражнений физкультурной минутки для обучающихся среднего школьного звена. Разработка комплекса упражнений дыхательной физкультурной минутки. Разработка комплекса упражнений физкультурной минутки для развития мелкой моторики.

Практическое занятие 6.

Тема: Физкультурная минутка как форма физкультурно-оздоровительной работы.

Перечень заданий: разработка и проведение комплекса упражнений физкультурной минутки для обучающихся старшего школьного звена. Разработка комплекса упражнений зрительной физкультурной минутки. Разработка комплекса упражнений физкультурной минутки для развития внимания.

Практическое занятие 7.

Тема: Основы сбалансированного питания.

Перечень заданий: анализ литературы по сбалансированному питанию. Расчет индивидуальных энергозатрат. Составление таблицы наличия белков, жиров и углеводов в продуктах питания.

Практическое занятие 8.
Тема: Основы сбалансированного питания.
Перечень заданий: составить рацион сбалансированного питания с учетом индивидуальных энергозатрат. Составление рациона сбалансированного питания для лиц, активно занимающихся физической культурой и спортом. Разработка рекомендация для похудения, поддержания общего тонуса организма и набора мышечной массы.

Практическое занятие 9.
Тема: Спортивные и подвижные игры.
Перечень заданий: анализ специфики спортивных и подвижных игр. Тестирование. Решение ситуационных задач по теме. Правила подвижных и спортивных игр.

Практическое занятие 10.
Тема: Спортивные и подвижные игры.
Перечень заданий: тестирование. Решение ситуационных задач по теме. Разработка подвижной игры для развития координационных качеств обучающихся. Судейство спортивной игры баскетбол, стритбол.

Практическое занятие 11.
Тема: Спортивные и подвижные игры.
Перечень заданий: тестирование. Решение ситуационных задач по теме. Разработка подвижной игры для развития скоростно-силовых качеств обучающихся. Судейство спортивной игры волейбол, пляжного волейбола.

3.5. Лабораторные работы
Учебным планом не предусмотрены

4. Фонд оценочных средств

ФОС включает оценочные средства текущего, промежуточного и поститогового контроля (Приложение 1).

5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

5.1. Основная литература
1. Муллер, А. Б. Физическая культура студента [Электронный ресурс]: учеб.пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - ISBN 978-5-7638-2126-0. - Текст: электронный. - URL: http://znanium.com/go.php?id=443255 (дата обращения 04.04.2016)
2. Чертов, Н. В. Физическая культура: учебное пособие / Н. В. Чертов. - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. - ISBN 978-5-9275-0896-9. - Текст: электронный. - URL: http://znanium.com/go.php?id=551007 (дата обращения: 04.04.2016)

5.2. Дополнительная литература
1. Гелецкая, Л.Н. Физическая культура студентов специального учебного отделения [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Л. Н. , И. Ю. Бирдигулова, Д. А. Шубин, Р. И. Коновалова. – Красноярск: Сиб. федер. ун-т, 2014. – 220 с. - ISBN 978-5-7638-2997-6. - Текст: электронный. - URL: http://znanium.com/go.php?id=511522 (дата обращения 04.04.2016)

2. Наговицын, Р. С. Теоретико-методологические основы формирования физической культуры личности будущего педагога на основе мобильного обучения: Монография / Наговицын Р.С. - Москва: ИЦ РИОР, НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 142 с. (Научная мысль)ISBN 978-5-369-01413-4. - Текст: электронный. - URL: http://znanium.com/go.php?id=495418 (дата обращения: 05.04.2016)

6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», профессиональных баз данных и информационных справочных систем, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

6.1. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. http://www.businesslearning.ru/ - Дополнительные тестовые материалы к курсу «Физическая культура и спорт»
2. http://moodle.ggpi.org/ - Дополнительные материалы к курсу «Физическая культура и спорт»
3. http://gto.ru/ - Материалы по практическому тестированию к курсу «Физическая культура и спорт»

6.2. Перечень необходимых профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. Научная электронная библиотека eLIBRARU.RU Полнотекстовая, реферативная база данных. https://elibrary.ru/defaultx.asp
2. Межвузовская электронная библиотека. Режим доступа https://icdlib.nspu.ru/

7. Методические указания и учебно-методическое обеспечение для обучающихся по освоению дисциплины

Дисциплина реализуется в соответствии с указаниями «Методические рекомендации по организации образовательного процесса при освоении дисциплины», размещенными в ЭИОС института (eios.ggpi.org).

Методические рекомендации для работы с инвалидами и лицами с ОВЗ размещены в ЭИОС института (eios.ggpi.org).

8. Материально-техническая база, программное обеспечение, необходимое для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебный корпус 3, аудитории (я) 207 (лекции).

Учебный корпус 2, аудитории(я) 37 (практические занятия).

Полный перечень материально-технической базы и программного обеспечения размещены в ЭИОС института (eios.ggpi.org).

9. Рейтинг-план дисциплины

Дисциплина/ Семестр	Объем аудит.работы			Виды текущей аттестационной аудиторной и внеаудиторной работы	Максимальное (норматив) количество баллов	Поощрения	Штрафы	Итоговая форма отчета (мин. балл)
	лк	прак	КСР					
Физическая культура и спорт / 7	12	20		1.Контроль посещаемости лекций 2. Контроль посещаемости практических занятий 3. Работа на практических занятиях ***<u>Формы контрольных мероприятий</u>*** 1. Тестирование 2. Контрольная работа ***<u>Компенсационные мероприятия</u>*** 1.доклад	12 20 3*10=30 5 5 5	+ 5 баллов за посещение всех занятий + 5 баллов за выполнение всех тестов	-1 балл непосещение акад. часа по неуважительной причине - 3 балла за невыполнение задания в установленные сроки	Допуск к зачету – 50% «автомат» при зачете – 70%
ИТОГО				72 (без компенсации)				

Дисциплина/ Семестр	Объем аудит.работы			Виды текущей аттестационной аудиторной и внеаудиторной работы	Максимальное (норматив) количество баллов	Поощрения	Штрафы	Итоговая форма отчета (мин. балл)
	лк	прак	КСР					
Физическая культура и спорт / 8	10	22		1.Контроль посещаемости лекций 2. Контроль посещаемости практических занятий 3. Работа на практических занятиях ***<u>Формы контрольных мероприятий</u>*** 1. Тестирование 2. Контрольная работа ***<u>Компенсационные мероприятия</u>*** 1.доклад	10 22 3*11=33 5 5 5	+ 5 баллов за посещение всех занятий + 5 баллов за выполнение всех тестов	-1 балл непосещение акад. часа по неуважительной причине - 3 балла за невыполнение задания в установленные сроки	Допуск к зачету – 50% «автомат» при зачете – 70%
ИТОГО				75 (без компенсации)				

Лист регистрации изменений и дополнений к РПД

(фиксируются изменения и дополнения перед началом учебного года,
при необходимости внесения изменений на следующий год –
оформляется новый лист изменений)

№ п.п.	Содержание изменения	Дата, номер протокола заседания кафедры. Подпись заведующего кафедрой	Дата, номер протокола заседания совета факультета. Подпись декана факультета
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			

Приложение 1

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

1. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации и поститогового контроля по дисциплине

1.1. Настоящий Фонд оценочных средств (ФОС) по дисциплине «Физическая культура и спорт» является неотъемлемым приложением к рабочей программе дисциплины «Физическая культура и спорт» (РПД). На данный ФОС распространяются все реквизиты утверждения, представленные в РПД по данной дисциплине.
1.2. Оценивание всех видов контроля (текущего, промежуточного, поститогового) осуществляется по 4 балльной шкале.
1.3. Результаты оценивания текущего контроля учитываются в рейтинге.

2. Перечень компетенций с указанием результатов сформированности компетенций в процессе освоения образовательной программы

Код и формулировка компетенции	ОК-8: готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
Результат освоения компетенции	владеет знаниями, умениями и навыками, соответствующими содержанию дисциплины «Физическая культура и спорт», формирующими готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.
Результаты обучения в соответствии с ФГОС ВО	Знать: теоретические основы, формирующие готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность. Уметь: применять знания, формирующие готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность. Владеть: навыками, формирующими готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.

3. Содержание оценочных средств текущего контроля и критерии их оценивания

3.1 Текущий контроль осуществляется преподавателем дисциплины при проведении занятий в следующих формах: тестирование, контрольная работа
3.2 Формы текущего контроля и критерии их оценивания

СЕМЕСТР 7
Форма контроля 1 - Типовые тестовые задания.
Типовой тест 1.
Проверяемые компетенции: ОК-8.
Время выполнения заданий: 15 минут.
Критерии оценивания:
Теоретические знания оцениваются:
- верные ответы на 100% - 90% вопросов – «отлично»;
- верные ответы на 89% - 70% вопросов – «хорошо»;
- верные ответы на 69% - 50% вопросов – «удовлетворительно»;
- верные ответы меньше чем на 50% вопросов – «неудовлетворительно»

1. Физическая культура это:

а) Часть общей культуры человечества, которая представляет собой творческую деятельность по освоению прошлых и созданию новых ценностей преимущественно в сфере физического развития, оздоровления и воспитания людей.

б) Часть общей культуры человечества, которая представляет собой физкультурно-спортивную деятельность по реализации ценностей физкультурного образования, а также в сфере физического развития, оздоровления и воспитания людей.

в) Культура человечества, направленная на творческую деятельность по созданию физкультурно-спортивных ценностей в сфере физического развития, оздоровления и воспитания населения Российской Федерации.

г) Культура человечества, которая представляет собой физкультурно-спортивную деятельность по реализации ценностей физического образования и воспитания, физической подготовленности и развития, оздоровления и воспитания людей.

2. Какая страна является родиной Олимпийских игр?

а) Рим.
б) Китай.
в) Древняя Греция.
г) Италия.

3. В каком году и где создан Международный олимпийский комитет?

а) В 1894 году в Париже.
б) В 1896 году в Лондоне.
в) В 1905 году в Греции.
г) В 1908 году в Лондоне.

4. Кто является основоположником системы физического воспитания, основу которой составило «гармоническое, всестороннее развитие деятельности человеческого организма»?

а) Л.П. Матвеев.
б) Г.Г. Бенезе.
в) П.Ф. Лесгафт.
г) Н.А.Семашко.

5. Какими показателями характеризуется физическое развитие?

а) Наследственностью, конституцией, антропометрическими показателями;
б) Росто-весовыми показателями.
в) Телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья.
г) Физической подготовленностью.

6. Базовая физическая культура преимущественно ориентирована на обеспечение:

а) физической подготовленности человека к жизни;
б) подготовки к профессиональной деятельности.
в) восстановления организма после заболеваний, травм, переутомления.
г) подготовки к спортивной деятельности.

7. Три группы задач, решаемых в процессе физического воспитания-

а) Развивающие, коррекционные, специфические.
б) Воспитательные, оздоровительные, образовательные.
в) Общепедагогические, компенсаторные, гигиенические.
г) Развивающие, оздоровительные, гигиенические.

8. Оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармонического физического развития, соответствующая требованиям трудовой и других сфер жизнедеятельности, отражает:
а) физическое совершенство человека.
б) физическое развитие человека.
в) физическое состояние человека.
г) физическую форму человека.

9. Достигнутые результаты в физическом совершенствовании человека и степень использования приобретенных двигательных качеств, навыков и специальных знаний в повседневной жизни, характеризуют:
а) Физическое образование субъекта.
б) Физическую культуру личности.
в) Физическое развитие индивида.
г) Физическое совершенство человека.

10. Назовите основные показатели развития физической культуры личности.
а) Культура движений и широкий фонд жизненно необходимых двигательных умений и навыков (бег, прыжки, метания, плавание, передвижения на лыжах).
б) Гигиенические навыки и привычки повседневно заботиться о своем здоровье, закаливании организма, физической подготовленности.
в) Уровень физических качеств; знания в области физической культуры; мотивы и интересы к физическому совершенствованию; соблюдение гигиены и режима.
г) Росто-весовые показатели.

Форма контроля 1 - Типовые тестовые задания.
Типовой тест 2.
Проверяемые компетенции: ОК-8.
Время выполнения заданий: 15 минут.
Критерии оценивания:
Теоретические знания оцениваются:
- верные ответы на 100% - 90% вопросов – «отлично»;
- верные ответы на 89% - 70% вопросов – «хорошо»;
- верные ответы на 69% - 50% вопросов – «удовлетворительно»;
- верные ответы меньше чем на 50% вопросов – «неудовлетворительно»

1. Спорт это:
а) Составная часть физической культуры, средство и метод физического воспитания, основанный на использовании соревновательной деятельности и подготовки к ней, в процессе которой сравниваются и оцениваются потенциальные возможности человека.
б) Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности (вид профессии, спорта и др.), предъявляющей специализированные требования к двигательным способностям человека.
в) Процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями, который подчеркивает прикладную направленность физического воспитания к трудовой или иной деятельности.
г) Часть общей культуры человечества, которая представляет собой физкультурно-спортивную деятельность по реализации ценностей спортивного состязания, патриотизма, а также в сфере физического развития, оздоровления и воспитания населения Российской Федерации.

2. В каком году состоялись первые Олимпийские игры древности?

а) В 906 году до нашей эры.
б) В 1201 год.
в) В 776 году до нашей эры.
г) В 792 году до нашей эры.

3. Как переводится олимпийский девиз: «Ситиус, альтиус, фортиус»?
а) «Дальше, быстрее, больше».
б) «Сильнее, красивее, точнее».
в) «Быстрее, выше, сильнее».
г) «Быстрее, сильнее, дальше».

4. Какие изменения в развитии физической культуры и спорта произошли в России после революции?
а) Популяризация восточных видов гимнастики и борьбы.
б) Создание военно-спортивных клубов и кружков физической культуры.
в) Появление оздоровительных систем «фитнес» и аквааэробика.
г) Создание федераций по видам спорта.

5. Кто впервые в России разработал теорию дошкольного воспитания, обосновал содержание, средства и методы физического воспитания в школе?
а) Н.Г. Чернышевский.
б) Ян Амос Каменский.
в) П.Ф. Лесгафт.
г) А.В. Луначарский.

6. Физическими упражнениями принято называть:
а) Многократное повторение двигательных действий.
б) Движения, способствующие повышению работоспособности.
в) Определенным образом организованные двигательные действия.
г) Комплекс гимнастических упражнений.

7. Что является основным специфическим средством физического воспитания?
а) Естественные свойства природы.
б) Физическое упражнение.
в) Санитарно-гигиенические факторы.
г) Соревновательная деятельность.

8. Способ выполнения двигательного действия, позволяющий решать двигательную задачу более целесообразно и эффективно, называется ...
а) Техникой физического упражнения.
б) Двигательным навыком.
в) Двигательным умением.
г) Двигательным «стереотипом».

9. Что является основным критерием физического совершенства человека?
а) Качество теоретических знаний о физической культуре.
б) Уровень развития физических возможностей.
в) Состояние здоровья.
г) Социализация личности.

10. Что относится к средствам физического воспитания?
а) Подвижные игры, гимнастика, спортивные игры, туризм, плавание, лыжная подготовка.

б) Соблюдение санитарно-гигиенических норм, режима дня, питания, отдыха, личная гигиена.
в) Физические упражнения, естественные силы природы и гигиенические факторы.
г) Солнце, воздух, вода.

СЕМЕСТР 8
Форма контроля 1 - Типовые тестовые задания.
Типовой тест 1.
Проверяемые компетенции: ОК-8.
Время выполнения заданий: 15 минут.
Критерии оценивания:
Теоретические знания оцениваются:
- верные ответы на 100% - 90% вопросов – «отлично»;
- верные ответы на 89% - 70% вопросов – «хорошо»;
- верные ответы на 69% - 50% вопросов – «удовлетворительно»;
- верные ответы меньше чем на 50% вопросов – «неудовлетворительно»

1. ЧСС у здоровых людей в состоянии покоя составляет, в среднем:
а) 40-50 уд/мин.
б) 60-80 уд/мин.
в) 100-120 уд/мин.
г) 80-100 уд/мин.

2. Чем регламентируются гигиенические нормы и требования?
а) Специальными санитарно-гигиеническими правилами (нормами) – СанПИН.
б) Распоряжением директора школы.
в) Инструкцией учителя физической культуры (тренера).
г) Учебной программой.

3. Какой компонент пищевых веществ выполняет пластическую функцию в процессах жизнедеятельности организма, и наиболее активно участвует в построении костной ткани и в водно-солевом обмене?
а) Углеводы.
б) Белки.
в) Минеральные вещества.
г) Жиры.

4. Правильной можно считать осанку, если Вы, стоя у стены, касаетесь ее:
а) Затылком, лопатками, ягодицами, пятками.
б) Лопатками, ягодицами.
в) Затылком, ягодицами.
г) Ягодицами.

5. Как необходимо планировать двигательную нагрузку школьникам старшего возраста, чтобы получить тренировочный эффект?
а) Не реже 3-4 раз в неделю (от 40 минут до 1,5 часа).
б) Не реже 2-3 раз в неделю (от 30 минут до 1 часа).
в) 1-2 раза в неделю (от 1 до 2 часов).
г) 1-2 раза в неделю (от 3 до 4 часов).

6. С помощью какого теста можно определить приспособляемость организма к физической нагрузке?

а) При помощи пробы Штанге.
б) С помощью пробы Генчи.
в) С помощью теста Руфье.
г) С помощью Гарвардского степ-теста.

7. Перечислите основные типы телосложения.
а) Легкокостный, гиперстенический, ширококостный.
б) Тонкокостный, астенический, среднекостный.
в) Астенический, нормостенический, гиперстенический.
г) Тонкокостный, ширококостный, нормостенический.

8. Назовите основные средства физической реабилитации.
а) Лечебная физическая культура.
б) Трудотерапия, массаж, мануальная терапия, аутогенная тренировка.
в) Активные, пассивные, психорегулирующие.
г) Циклические упражнения и виды спорта.

9. Перечислите общеизвестные «факторы риска» в жизни людей?
а) Гипокинезия, алкоголизм, наркомания, курение.
б) Нарушения в питании, экологии.
в) Психологические стрессы.
г) Все вышеперечисленное.

10. В чем заключается первая помощь при ранениях во время занятий по физической культуре?
а) Наложение повязки и транспортной шины.
б) Введение противостолбнячной сыворотки.
в) Остановка кровотечения, защита раны от вторичности загрязнения.
г) Обработка перекисью водорода.

Форма контроля 1 - Типовые тестовые задания.
Типовой тест 2.
Проверяемые компетенции: ОК-8.
Время выполнения заданий: 15 минут.
Критерии оценивания:
Теоретические знания оцениваются:
- верные ответы на 100% - 90% вопросов – «отлично»;
- верные ответы на 89% - 70% вопросов – «хорошо»;
- верные ответы на 69% - 50% вопросов – «удовлетворительно»;
- верные ответы меньше чем на 50% вопросов – «неудовлетворительно»

1. Состав и последовательность действий, звеньев, усилий, необходимых для решения двигательной задачи определенным способом, принято называть...
а) Деталями техники.
б) Главным звеном техники.
в) Основой техники.
г) Структурой двигательной деятельности.

2. К показателям физической подготовленности относятся:
а) Сила, быстрота, выносливость.
б) Рост, вес, окружность грудной клетки.
в) Артериальное давление, пульс.

г) Частота сердечных сокращений, частота дыхания.

3. Что понимается под закаливанием:
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.

4. Ловкость — это:
а) Способность осваивать и выполнять сложные двигательные действия, быстро их перестраивать в соответствии с изменяющимися условиями.
б) Способность управлять своими движениями в пространстве и времени.
в) Способность ловко управлять двигательными действиями в зависимости от уровня развития двигательных качеств человека.
г) Нет правильного ответа.

5. Нагрузка физических упражнений характеризуется:
а) Величиной их воздействия на организм.
б) Напряжением определенных мышечных групп.
в) Временем и количеством повторений двигательных действий.
г) Подготовленностью занимающихся, их возрастом и состоянием здоровья.

6. Простейший комплекс ОРУ (обще развивающие упражнения) начинается с упражнения:
а) Для мышц ног.
б) Типа потягивания.
в) Махового характера.
г) Для мышц шеи.

7. Быстрота — это:
а) Способность человека совершать двигательные действия в минимальный отрезок времени.
б) Способность человека быстро набирать скорость.
в) Способность человека выполнять упражнения в беге с максимальной скоростью на короткие дистанции.
г) Нет правильного ответа.

8. Дети нуждаются в ограничении нагрузок и постепенном освоении комплекса занимаются физкультурой в полном объеме в соответствии с учебной программой двигательных навыков и умений:
а) Основной медицинской группы.
б) Подготовительной медицинской группы.
в) Специальной медицинской группы.
г) Нет правильного ответа.

9. Сбалансированное питание подразумевает:
а) Достаточную энергетическую ценность рациона.
б) Достаточное количество витаминов в рационе питания.
в) Оптимальное соотношение основных пищевых веществ в рационе питания.
г) Нет правильного ответа.

10. При тренировках преимущественно анаэробного характера (скоростно-силовая работа) необходима следующая диета:
а) белково-жировая.
б) белково-углеводная.
в) углеводно-жировая.
г) Нет правильного ответа.

СЕМЕСТР 7.
Форма контроля 2 –Типовая контрольная работа.
Типовая контрольная работа 1.
Проверяемые компетенции: ОК-8.
Время выполнения заданий: 30 минут.
Критерии оценивания:
Для получения оценки «удовлетворительно» предлагается выполнить одно задание.
Для получения оценки «хорошо» предлагается выполнить два задания.
Для получения оценки «отлично» предлагается выполнить все задания.

1. Составить конспект спортивно-оздоровительного мероприятия.
2. Составить комплекс упражнений для развития скоростно-силовых качеств.
3. Разработать подвижную игру для развития координации обучающихся младшего школьного звена.

Форма контроля 2 –Типовая контрольная работа.
Типовая контрольная работа 2.
Проверяемые компетенции: ОК-8.
Время выполнения заданий: 30 минут.
Критерии оценивания:
Для получения оценки «удовлетворительно» предлагается выполнить одно задание.
Для получения оценки «хорошо» предлагается выполнить два задания.
Для получения оценки «отлично» предлагается выполнить все задания.

1. Составить конспект спортивно-массового мероприятия.
2. Составить комплекс упражнения для развития силовых качеств обучающихся старшего школьного звена.
3. Составить таблицу видов физических упражнений и их направленность на развитие физических качеств.

СЕМЕСТР 8.
Форма контроля 2 –Типовая контрольная работа.
Типовая контрольная работа 1.
Проверяемые компетенции: ОК-8.
Время выполнения заданий: 30 минут.
Критерии оценивания:
Для получения оценки «удовлетворительно» предлагается выполнить одно задание.
Для получения оценки «хорошо» предлагается выполнить два задания.
Для получения оценки «отлично» предлагается выполнить все задания.

1. Составить конспект мероприятия для профилактики вредных привычек средствами физической культуры.
2. Разработать требования безопасности во время подвижной игры для обучающихся младшего школьного звена.

3. Составить рацион сбалансированного питания для обучающихся среднего школьного звена.

Форма контроля 2 –Типовая контрольная работа.
Типовая контрольная работа 2.
Проверяемые компетенции: ОК-8.
Время выполнения заданий: 30 минут.
Критерии оценивания:
Для получения оценки «удовлетворительно» предлагается выполнить одно задание.
Для получения оценки «хорошо» предлагается выполнить два задания.
Для получения оценки «отлично» предлагается выполнить все задания.

1. Составить комплекс упражнений для физкультминутки.
2. Составить рацион сбалансированного питания для обучающихся старшего школьного звена.
3. Разработать подвижную игру для развития скоростно-силовых качеств обучающихся младшего школьного звена.

3.3 Методические указания по проведению процедуры текущего контроля
1. Текущий контроль проводится на протяжение всего семестра.
2. Сбор, обработка и оценивание результатов текущего контроля проводятся преподавателем, ведущим дисциплину.
3. Предъявление результатов оценивания осуществляется в течение недели после проведения контрольного мероприятия.
4. Результаты текущего контроля учитываются в рейтинге по дисциплине.
5. Все материалы, полученные от обучающихся в ходе текущего контроля (контрольная работа, диктант, тест, организация дискуссии, круглого стола, доклад, реферат, отчет по лабораторной работе, отчет по педагогической практике и т.п.), должны храниться в течение текущего семестра на кафедрах.
6. Считать, что положительные результаты текущего контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования указанных компетенций (этапов формирования компетенций).

4. Содержание оценочных средств промежуточной аттестации и критерии их оценивания
4.1 Промежуточная аттестация проводится в виде: зачета
4.2. Содержание оценочного средства
Проверяемые компетенции: ОК-8.

7 СЕМЕСТР
Примерные вопросы и задания к зачету:
1. Значение физической культуры для улучшения здоровья. Составить План мероприятий на одну четверть для образовательной организации по физической культуре и спорта.
2. Определение понятия "Физическая культура". Перечислить объекты спорта, на которых осуществляются занятия физкультурой и спортом.
3. Средства лечебной физкультуры для студентов, занимающихся в специальных медицинских группах. Составить комплекс упражнений лечебной физической культуры для студентов с проблемой избыточного веса.
4. Виды утомления и его признаки при занятиях физическими упражнениями. Разработать рекомендации восстановления после переутомления.

5. Техника безопасности на занятиях по физической культуре. Разработать инструкцию по охране труда во время проведения занятий в спортивном зале.
6. Физические упражнения, применяемые на занятиях по легкой атлетике. Разработать комплекс упражнений для круговой тренировки.
7. Физические упражнения, применяемые на занятиях по баскетболу. Разработать комплекс упражнений для развития скоростно-силовых качеств у баскетболистов.
8. Физические упражнения, применяемые на занятиях по волейболу. Разработать комплекс упражнений для развития прыгучести у волейболистов.
9. Самоконтроль физического состояния во время занятий физической культурой. Составить рекомендации по самоконтролю во время занятий физической культурой.
10. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни студента. Разработать рекламный плакат или афишу мероприятия.
11. Социальные функции физической культуры. Составить рекомендации для социализации занимающихся спортивными играми.
12. Современное состояние физической культуры и спорта. Перечислить виды спорта развивающиеся в регионе.
13. Физическая культура и спорт как действенные средства сохранения и укрепления здоровья людей. Составить комплекс упражнений для укрепления мышц спины.
14. Физическая культура и ее роль в решении социальных проблем. Разработать план мероприятий привлечения населения к физической активности.
15. Роль физической культуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности. Составить комплекс упражнений для поддержания физической подготовки в профессиональной деятельности.
16. Основные положения организации физического воспитания в вузе. Составить рекомендации по физическому воспитанию обучающийся студентов в вузе.
17. Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности и общекультурного развития студентов. Составить план мероприятий по физкультурно-спортивной деятельности в вузе.
18. Классификация и характеристика форм занятий в физическом воспитании (урочные и неурочные). Составить конспект урочного или неурочного занятия по легкой атлетике.
19. Особенности занятий по физическому воспитанию в учебных отделениях (основное, специальное, спортивное). Составить комплекс упражнений для проведения занятия в спортивном учебном отделении.
20. Назначение и задачи профессионально-прикладной физической подготовки. Составить комплекс прикладных упражнений.

8 СЕМЕСТР

Примерные вопросы и задания к зачету:

1. Значение физической культуры для будущего педагога. Разработать комплекс упражнений для педагогического состава школы с учетом профессиональной деятельности.
2. Взаимосвязь и взаимозависимость духовного и физического самосовершенствования. Разработать рекомендации по физическому самосовершенствованию.
3. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека. Разработать рекомендации по использованию природных благ.
4. Обмен веществ и энергии, физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма (сердечнососудистой, дыхательной, опорно-двигательной, регуляторной) при систематических занятиях физическими упражнениями. Перечислить основные закономерности совершенствования систем организма.

5. Методы оценки и коррекции осанки и телосложения. Продемонстрировать методы коррекции осанки.
6. Спорт в системе физического воспитания студентов. Составить план спортивно-оздоровительных мероприятий в учебном заведении.
7. Содержание и основные понятия теории спорта. Перечислить основные понятия теории спорта.
8. Понятие о педагогике спорта, ее задачах и целях. Составить рекомендации по руководству команды во время спортивного мероприятия.
9. Социальные функции спорта. Разработать технологическую карту тренировочного занятия по любому виду спорта.
10. История развития олимпийского движения (Древняя Греция). Охарактеризовать представленный этап развития физической культуры и спорта.
11. Физическая культура Древнего Рима. Охарактеризовать представленный этап развития физической культуры и спорта.
12. Создание и развитие системы физической культуры в странах Востока. Охарактеризовать представленный этап развития физической культуры и спорта.
13. Физическая культура и спорт в России с VI по XVIII вв. Охарактеризовать представленный этап развития физической культуры и спорта.
14. Физическая культура в современной России. Охарактеризовать представленный этап развития физической культуры и спорта.
15. Современное Международное олимпийское движение. Охарактеризовать современное Международное олимпийское движение.
16. Физическая культура и спорт в регионе. Охарактеризовать физическую культуру и спорт в регионе.
17. Олимпийские Игры современности. Охарактеризовать современные Олимпийские Игры.
18. Здоровый образ жизни и факторы его определяющие. Перечислить основные факторы здорового образа жизни.
19. Требования санитарии и гигиены для обеспечения здорового образа жизни. Составить комплекс мероприятий по санитарно-гигиеническим требованиям проведения занятий.
20. Основные требования к организации здорового образа жизни студента. Перечислить основные требования к организации здорового образа жизни студента.

4.3. Критерии оценивания

Зачет выставляется по результатам рейтинга. Если обучающийся набрал недостаточное количество баллов, то обучающийся сдает зачет.

Шкала оценивания для зачета

Уровни освоения компетенции (-ий)	**Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)**	**Академическая оценка**	**% освоения (рейтинговая оценка)**
Сформирована	Студент показал достаточно прочные знания основных положений учебной дисциплины, умение самостоятельно решать конкретные практические задачи, предусмотренные рабочей программой, ориентироваться в рекомендованной справочной литературе, умеет правильно оценить полученные результаты.	Зачтено	50-100

Не сформирована	При ответе выявились существенные пробелы в знаниях основных положений учебной дисциплины, неумение с помощью преподавателя получить правильное решение конкретной практической задачи из числа предусмотренных рабочей программой учебной дисциплины.	Не зачтено	менее 50

4.4. Методические указания по проведению процедуры промежуточной аттестации

1. Сроки проведения процедуры оценивания: зачет – на последнем занятии по дисциплине. Если обучающийся по результатам рейтинговой системы не набирает нужное количество баллов, то сдает зачет по вопросам.
2. Сбор, обработка и оценивание результатов промежуточной аттестации проводится преподавателем, ведущим дисциплину.
3. Предъявление результатов оценивания осуществляется: по окончании ответа студента и фиксируется в зачетной книжке и экзаменационной ведомости.
4. При наличии письменных ответов обучающихся, полученных в ходе экзаменационной сессии, материалы хранятся в течение месяца после завершения сессии на кафедрах.
5. Порядок выполнения и защиты курсовой работы регламентирован «Положением о курсовой работе ФГБОУ ВО «Глазовский государственный педагогический институт имени В.Г. Короленко».
6. Считать, что положительные результаты промежуточного контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования указанных компетенций (этапов формирования компетенций).

5. Содержание оценочных средств для проверки сформированности компетенций (поститоговый контроль) и критерии их оценивания

Задания для проверки компетенции: ОК-8.

Код и формулировка компетенции	ОК-8: готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
Результат освоения компетенции	владеет знаниями, умениями и навыками, соответствующими содержанию дисциплины «Физическая культура и спорт», формирующими готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.
Результаты обучения в соответствии с ФГОС ВО	Знать: теоретические основы, формирующие готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность. Уметь: применять знания, формирующие готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность. Владеть: навыками, формирующими готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.

Время выполнения заданий: 15 минут.

1. Что относится к средствам физического воспитания?

а) Подвижные игры, гимнастика, спортивные игры, туризм, плавание, лыжная подготовка.
б) Соблюдение санитарно-гигиенических норм, режима дня, питания, отдыха, личная гигиена.
в) Физические упражнения, естественные силы природы и гигиенические факторы.
г) Солнце, воздух, вода.

2. В чем заключается основная цель массового спорта?
а) Достижение максимально высоких спортивных результатов.
б) Восстановление физической работоспособности.
в) Повышение и сохранение общей физической подготовленности.
г) Увеличение количества занимающихся спортом.

3. Процесс, направленный на воспитание двигательных (физических) качеств, способностей, необходимых в жизни и спортивной деятельности, называется:
а) Тренировочным процессом.
б) Учебным процессом.
в) Физической подготовкой.
г) Физическим развитием.

4. Процесс, направленный на разностороннее воспитание физических качеств человека, обеспечивающий формирование с детского возраста физически крепкого молодого поколения с гармоничным развитием, называется:
а) Общей физической подготовкой.
б) Специальной физической подготовкой.
в) Гармонической физической подготовкой.
г) Общим развитием.

5. Утренняя гимнастика относится:
а) К образовательно-развивающей гимнастике.
б) К оздоровительной гимнастике.
в) К спортивной гимнастике.
г) К производственной.

6. Задание на соответствие:

Виды и разновидности физической культуры	Характер направленности процессов
1. Профессионально-прикладная физическая культура	а) Обеспечивает сохранение возможности трудиться и вести активный образ жизни лицам с отклонениями в состоянии здоровья.
2. Спорт	б) Обеспечивает сохранение и восстановление здоровья.
3. Адаптивная физическая культура	в) Обеспечивает специальную физическую подготовку к профессиональной деятельности.
4. Лечебная физическая культура	г) Обеспечивает развитие резервных возможностей организма человека, а также их проявление в соревновательной деятельности.

7. Задание на соответствие:
Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.

Физическое качество	Вид спорта
1. Быстрота	а) Художественная гимнастика.
2. Гибкость	б) Лыжные гонки.
3. Сила	в) Тяжелая атлетика.
4. Выносливость	г) Легкая атлетика, бег на короткие дистанции.

8. Практическое задание.
Составить комплекс упражнений утренней гимнастики с целью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.

Ключ к тесту:

Номер вопроса	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
Номер правильного ответа	в	в	в	а	б	1-в 2-г 3-а 4-б	1-г 2-а 3-в 4-б

Ключ к практическому заданию.
Типовой комплекс упражнений:
1. Ходьба на месте, поднимая высоко колени. Выполнять на протяжении 1 минуты.
2. Движения головой по часовой стрелке и против нее. 5 повторений в каждую сторону.
3. Повороты туловища сначала вправо, потом влево. 5 повторений в каждую сторону.
4. Наклоны в сторону. Потянуться туловищем влево и затем вправо. По 5 повторений в правую и в левую сторону.
5.Наклоны вперёд и потянуться руками к полу. 5 повторений.
6. Приседания. 20 повторений.
7. Наклон вперед к носкам прямых ног в упоре сидя. Выполнять на протяжении 30 секунд.
8. Прогиб спины вверх-вниз, стоя на четвереньках. 20 повторений.

Критерии оценивания:
Весь поститорговый контроль по компетенции оценивается в 10 баллов:

- ответ на каждый тестовый вопрос оценивается в 0-1 балл;
- задание на соответствие оценивается в 0-1 балл;
- практическое задание оценивается в 0-3 балла:
  - 3 балла - студент правильно выполнил предложенные задания на основе изученной теории, методов, приемов, технологий;
  - 2 балла - студент способен применять полученные теоретические знания в практической деятельности, решать типичные задачи на основе воспроизведения стандартных алгоритмов, при выполнении заданий допускает незначительные ошибки;
  - 1 балл - при выполнении задания допущены грубые ошибки;
  - 0 баллов - студент не выполнил задание.

Оценка зависит от процента выполнения всех заданий.

Шкала оценивания сформированности компетенции

Уровни освоения компетенции	**Содержательное описание уровня**	**Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)**	**Академическая оценка**	**% выполнения всех заданий**
Повышенный (высокий)	Творческая деятельность	Включает нижестоящий уровень. Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического или прикладного характера на	Отлично	90-100

		основе изученных методов, приемов, технологий.		
Базовый	Продуктивная деятельность	Включает нижестоящий уровень. Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	Хорошо	70-89
Удовлетвори тельный	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретического и практического контролируемого материала	Удовлетво рительно	50-69
Недостаточ-ный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		Неудовлетв орительно	менее 50

Считать, что положительные результаты поститогового контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования указанной компетенции (этапа формирования компетенции). Если обучающийся получил оценку «неудовлетворительно», то считать компетенцию не сформированной на данном этапе. При получении оценок «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично» считать, что проверяемая компетенция сформирована на достаточном уровне.

Методические указания для проверки остаточных знаний

1. Сроки проведения процедуры оценивания: по графику деканата.
2. Сбор, обработка и оценивание результатов поститогового контроля проводится преподавателем по распоряжению деканата.
3. Предъявление результатов оценивания осуществляется в течение недели после проведения контрольного мероприятия, оформляется в виде отчета и хранится в деканате в течение всего срока обучения обучающегося.

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ (АДАПТИРОВАННАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ)

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и формулировка компетенции	ОК-8: готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность;
Результат освоения компетенции	***Результат ОК-8:*** владеет знаниями, умениями и навыками, соответствующими содержанию дисциплины «Физическая культура и спорт» (адаптированная программа для инвалидов и лиц с ОВЗ, формирующими готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
Результаты обучения в соответствии с ФГОС ВО	Знать: основы игры в шахматы, особенности проведения и участия в шахматных турнирах, сущность здорового образа жизни. Уметь: реализовывать знания основ игры в шахматы на практике; осуществлять взаимодействие между участниками игры в шахматы; вести здоровый образ жизни. Владеть: навыками работы в команде; навыками творчества при игре в шахматы; совершенствовать логические умения при игре в шахматы; поиском информации для самообразования.

2. Содержание дисциплины

Раздел 1 (Изучается в течение одного семестра). Основные правила игры в шахматы.

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности, дискуссия о здоровом образе жизни. Особенности инклюзивного образования. Тренинг на сплочение коллектива с учетом различий в физическом здоровье группы. Знакомство с историей шахмат, правилами игры в шахматы, фигурами, их ходами. Индивидуальная и групповая отработка ходов. Ценность шахматных ходов. Изучение правил игры в шахматы, рокировка, взятие на проходе, шах, мат, правило хода. Линейный мат, мат ферзем, мат ладьей, мат двумя слонами. Анализ простейших шахматных этюдов для закрепления навыков игры с учетом индивидуальных особенностей студентов и их возможностей здоровья. Упрощенные варианты игры в шахматы. Шахматная нотация. Запись ходов для протоколов партий, с учетом особенностей здоровья студентов. Игра в шахматы с записью ходов. Шахматный этикет. Шахматные часы. Шахматный контроль. Шахматные звания и рейтинги. Проведение турнира с приглашением медработника.

Раздел 2 (Изучается в течение одного семестра). Тактические приемы игры в шахматы.

Организация занятий по шахматам в условиях инклюзивного образования. Беседа по технике безопасности на занятиях. Дебют партии. Развитие фигур. Создание материального преимущества. Шахматная угроза. Темп. Промежуточный ход. Форсированная игра. Дебютные катастрофы. Середина партии, тактические приемы. Развитие материального превосходства. Создание плана игры, например размены фигур с переходом на эндшпильную игру, атака на короля и т.д.Эндшпиль — завершающая стадия

партии. Наличие небольшого количества фигур. Недопустимость ошибок и большая цена каждой фигуры. Защита и атака, постановка мата. Характеристика шахматных турниров и составление шахматной таблицы. Вилка- нападение на две фигуры одновременно. Связка — нападение на фигуру, создавая угрозу более сильной фигуре, связанной с первой. Отвлечение — ситуация, когда фигура перестает выполнять свое назначение, например, защиту другой фигуры. Рентген — ситуация, когда дальнобойная фигура действуя на другую фигуру угрожает более сильной фигуре, если первая может отойти. Проведение сеанса одновременной игры с разрядником с учетом психологической и физической нагрузки на студентов, в том числе на студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.

3. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации по обучению студента с нарушением ОДА:

1. Создание специальных условий в аудитории для занятий: специально организованное посадочное место (стол с наклоном, если требуется стул с регулируемой спинкой)

2. Подготовка раздаточного материала или опорных схем для работы на лекциях и семинарских занятиях.

3. Проведение пассивной физкультминутки (например, попросить сделать его пальчиковую или зрительную гимнастику, если требуется, можно провести активную физкультминутку)

4. Если у студента имеются нарушения плечевого пояса, то необходимо подготовить материал лекций и семинарских занятий в виде кратких аннотаций.

Рекомендации по обучению слабовидящего студента

1. Рабочее место человека с нарушенным зрением должно быть в центре помещения (аудитории, класса). На первой второй парте. Лучше если есть дополнительное освещение.

2. Преподавателю не желательно стоять при ведении занятий против света, на фоне окна.

3. При выполнении заданий (контрольные, самостоятельные. тесты) предусмотреть больше времени на выполнение, чем остальным студентам, особенно, если дается письменное задание. Это связано с тем, что у слабовидящих темп работы более низкий.

4. Использовать упражнения для снятия зрительного напряжения (зрительная гимнастика)

5. Преподаватель, ведущий семинарские занятия должен говорить более медленно, ставить четкие вопросы, не торопить студента с ответом (пауза для обдумывания до минуты)

6. Материал помещаемый на доску должен быть крупнее, чем обычно, хорошо видимый по контуру, силуэту

8. Размещать объекты на доске следует таким образом, чтобы они не сливались в единую линию, пятно, а хорошо выделялись по отдельности.

9. При знакомстве с какими-то объектами снизить темп занятия, т.к. требуется более длительное время для зрительного восприятия.

10. На занятиях чаще использовать указку для прослеживания материала.

11. Использовать дополнительный материал при объяснении темы на семинарском занятии (контур, силуэт, индивидуальные карточки с более крупным шрифтом и т.п.)

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 616 с. — ISBN 978-5-906839-42-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/55593.html (дата обращения: 04.04.2016)

2. Нестерова, Д. В. Учебник шахматной игры для начинающих / Д. В. Нестерова. — Москва : РИПОЛ классик, 2007. — 256 с. — ISBN 978-5-7905-4234-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/39947.html (дата обращения: 04.04.2016)

Дополнительная литература

1. Абаскалова Н.П. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учебно-методическое пособие / Н. П. Абаскалова, А. Ю. Зверкова ; Новосибирский гос. пед. ун-т. - Новосибирск : НГПУ, 2012. - 157 с. - URL: https://icdlib.nspu.ru/views/icdlib/1665/read.php (дата обращения: 04.04.2016)

2. Кузьмина, О. С. Инклюзивное образование лиц с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие / О. С. Кузьмина, Т. Ю. Четверикова ; под ред. Т. Ю. Четвериковой ; Омский гос. пед. ун-т. - Омск : ОмГПУ, 2015. - 72 с. : цв. ил., табл. - Библиогр.: с. 65-69. - URL: https://icdlib.nspu.ru/views/icdlib/5058/read.php (дата обращения: 04.04.2016)

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ (для занятий со студентами с ОВЗ и инвалидами)

1. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации и поститогового контроля по дисциплине

1.1. Настоящий Фонд оценочных средств (ФОС) по дисциплине «Физическая культура и спорт (адаптированная программа для инвалидов и лиц ОВЗ)» является неотъемлемым приложением к рабочей программе дисциплины «Физическая культура и спорт (адаптированная программа для инвалидов и лиц ОВЗ» (РПД). На данный ФОС распространяются все реквизиты утверждения, представленные в РПД по данной дисциплине.

1.2. Оценивание всех видов контроля (текущего, промежуточного, поститогового) осуществляется по 4 - балльной шкале.

1.3. Результаты оценивания текущего контроля учитываются в рейтинге.

2. Перечень компетенций с указанием результатов сформированности компетенций в процессе освоения образовательной программы

Код и	ОК-8: готовностью поддерживать уровень физической подготовки,

формулировка компетенции	обеспечивающий полноценную деятельность;
Результат освоения компетенции	***Результат ОК-8:*** владеет знаниями, умениями и навыками, соответствующими содержанию дисциплины «Физическая культура и спорт» (адаптированная программа для инвалидов и лиц с ОВЗ, формирующими готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
Результаты обучения в соответствии с ФГОС ВО	Знать: основы игры в шахматы, особенности проведения и участия в шахматных турнирах, сущность здорового образа жизни. Уметь: реализовывать знания основ игры в шахматы на практике; осуществлять взаимодействие между участниками игры в шахматы; вести здоровый образ жизни. Владеть: навыками работы в команде; навыками творчества при игре в шахматы; совершенствовать логические умения при игре в шахматы; поиском информации для самообразования.

3. Содержание оценочных средств текущего контроля и критерии их оценивания

3.1 Текущий контроль осуществляется преподавателем дисциплины при проведении занятий в следующих формах: типовом тестировании, типовой контрольной работе.

3.2. Формы текущего контроля и критерии их оценивания

Раздел 1.

Форма контроля 1 - Типовые тестовые задания

Типовой тест 1.

Проверяемые компетенции: ОК-8.

Время выполнения заданий: 15 минут

Критерии оценивания: правильный ответ — 1 балл, неправильный ответ — о баллов.

90-100% правильных ответов — отлично;

70-89% - хорошо;

50-69% - удовлетворительно;

менее 50% - неудовлетворительно.

1. *Культура общения включает в себя:* а) соблюдение этикета; б) знания теории шахмат; в) психологическое здоровье, г) знание психологии личности.

2. *Для сплочения коллектива следует:* а) проводить индивидуальную работу по игре в шахматы; б) организовывать индивидуальные турниры; в) проводить тренинг; г) повышать уровень самообразования.

3. *Ферзь обозначается буквой:* а) А, б) К, в) Ф; г) С

4. *Позиционное преимущество зависит от:* а) развития фигур; б) тактики; в) стратегии; г) культуры.

5. *Материальное преимущество зависит от*: а) соотношения фигур; б) дебюта партии; в) тактики игры; г) стратегии игры.

Форма контроля 2 –Типовая контрольная работа

Типовая контрольная работа 1

Проверяемые компетенции: ОК-8.

Время выполнения заданий: 30 минут

Критерии оценивания:

очень высокий уровень (отлично)- студент полностью знает материал, выделяет доминанты, приводит примеры, имеет свою позицию;

высокий уровень (хорошо) — студент в основном знает материал с небольшими неточностями, выделяет доминанты, приводит примеры, имеет свою позицию;

средний уровень (удовлетворительно) — студент допускает неточности, есть пробелы в содержании материала, с трудом выделяет главные мысли;

низкий уровень (неудовлетворительно) — студент неправильно отвечает, что свидетельствует о незнании материала, не выделяет (доминанты), с трудом приводит примеры.

1 вариант

1. Расскажите о правилах турнира?
2. Как организовать командный турнир?
3. Как подвести итоги турнира?

2 вариант

1. Как подготовить помещение для шахматного турнира?
2. Что представляет собой сеанс одновременной игры?
3. Какие качества развивает сеанс одновременной игры?

Раздел 2.

Форма контроля 1 - Типовые тестовые задания

Типовой тест 1:

Проверяемые компетенции: ОК-8;

Время выполнения заданий: 15 минут

Критерии оценивания: правильный ответ — 1 балл, неправильный ответ — о баллов.

90-100% правильных ответов — отлично;

70-89% - хорошо;

50-69% - удовлетворительно;

менее 50% - неудовлетворительно.

1. *Культура общения не включает в себя:* а) соблюдение этикета; б) коммуникабельность; в) психологическое здоровье; г) умение играть в шахматы.

2. *В эндшпиле ставится задача:* а) создать материальное превосходство; б) создать позиционное превосходство; в) поставить мат; г) разработать план игры.

3. *В блицтурнире переключение часов и ходы делаются:* а) одной рукой; б) разными руками; в) просят судью переключить часы; г) нет правил по переключению часов и передвижением фигур.

4. *Тактика представляет собой:* а) реализацию замысла в ближайшей перспективе; б) реализацию в дальней перспективе.

5. *Что такое турнир:* а) соревнование; б) праздник; в) спартакиада; г)бойцовский поединок

Форма контроля 2 –Типовая контрольная работа

Типовая контрольная работа 1

Проверяемые компетенции: ОК-8.

Время выполнения заданий: 30 минут.

Критерии оценивания:

очень высокий уровень (отлично)- студент полностью знает материал, выделяет доминанты, приводит примеры, имеет свою позицию;

высокий уровень (хорошо) — студент в основном знает материал с небольшими неточностями, выделяет доминанты, приводит примеры, имеет свою позицию;

средний уровень (удовлетворительно) — студент допускает неточности, есть пробелы в содержании материала, с трудом выделяет главные мысли;

низкий уровень (неудовлетворительно) — студент неправильно отвечает, что свидетельствует о незнании материала, не выделяет (доминанты), с трудом приводит примеры.

1 вариант.

1. Как поставить линейный мат?
2. Можно ли делать рокировку во время шаха?
3. Составьте турнирную таблицу для 5 игроков.
4. Запишите несколько начальных ходов партии.

2 вариант.

1. Составить комплекс упражнений по дыхательной гимнастике.
2. Почему в дебюте партии необходимо грамотно развивать фигуры?
3. В чем отличие игры в шахматы от упрощенных вариантов игры в шахматы?
4. Предложите свой вариант упрощенной игры в шахматы?

4. Содержание оценочных средств промежуточной аттестации и критерии их оценивания

4.1 Промежуточная аттестация проводится в виде зачета.

4.2. Содержание оценочного средства

Проверяемые компетенции: ОК-8

Примерные вопросы для зачета (раздел 1).

1. Сущность инклюзивного образования.

2. Нормативные документы в области инклюзивного образования.

3. Создание образовательной среды для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

4. Формы и методы инклюзивного образования.

5. Контроль знаний для учащихся с ОВЗ.

6. Права и обязанности участников инклюзивного образования.

7. Исторические аспекты развития шахматной игры.

8. Шахматная доска. Начальная расстановка фигур на доске.

9. Ходы фигур и пешек.

10. Цель шахматной игры. Постановка шаха и мата.

11. Необычные шахматные ходы фигур и пешек. Рокировка. Взятие на проходе. Превращение пешки в ферзя.

Примерные вопросы к зачету (раздел 2).

1. Ничья в шахматной партии. Позиция патовая. Трехкратное повторение ходов.

2. Запись ходов в партии и относительная ценность фигур.

3. Элементарные шахматные приемы вилка и связка.

4. Стадии партии. Дебют, Миттельшпиль и эндшпиль.

5. Мат одинокому королю и разнообразие шахматных позиций.

6. Игры в турнирах. Шахматный этикет. Контроль. Шахматные часы.

7. Разбор и анализ тактических приемов. Связка.

8. Разбор и анализ тактических приемов. Отвлечение.

9. Разбор и анализ тактических приемов. Открытое нападение.

10. Разбор и анализ тактических приемов. Блокировка.

11. Разбор и анализ тактических приемов. Освобождение линии.

12. Разбор и анализ тактических приемов. Уничтожение защиты.

13. Организация занятий по шахматам в условиях инклюзивного образования.

4.3 Критерии оценивания.

Зачет выставляется по результатам рейтинга. Если обучающийся набрал недостаточное количество баллов, то обучающийся сдает зачет.

Шкала оценивания для зачета:

Уровни освоения компетенции (-ий)	**Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)**	**Академическая оценка**	**% освоения (рейтинговая оценка)**
Сформирована	Студент показал достаточно прочные знания основных положений учебной дисциплины, умение самостоятельно решать конкретные практические задачи, предусмотренные рабочей программой, ориентироваться в рекомендованной справочной литературе, умеет правильно оценить полученные результаты.	Зачтено	50-100
Не сформирована	При ответе выявились существенные пробелы в знаниях основных положений учебной дисциплины, неумение с помощью преподавателя получить правильное решение конкретной практической задачи из числа предусмотренных рабочей программой учебной дисциплины.	Не зачтено	менее 50

4.4 Методические указания по проведению процедуры промежуточной аттестации

1.Сроки проведения процедуры оценивания: по расписанию экзаменов . Если обучающийся по результатам рейтинговой системы не набирает нужное количество баллов или желает повысить оценку, то сдает экзамен по вопросам.

2.Сбор, обработка и оценивание результатов промежуточной аттестации проводится преподавателем, ведущим дисциплину.

3.Предъявление результатов оценивания осуществляется: по окончании ответа студента и фиксируется в зачетной книжке и экзаменационной ведомости.

4.При наличии письменных ответов обучающихся, полученных в ходе экзаменационной сессии, материалы хранятся в течение месяца после завершения сессии на кафедрах.

5.Порядок выполнения и защиты курсовой работы регламентирован «Положением о курсовой работе ФГБОУ ВО «Глазовский государственный педагогический институт имени В.Г. Короленко».

6.Считать, что положительные результаты промежуточного контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования указанных компетенций (этапов формирования компетенций).

5. Содержание оценочных средств для проверки сформированности компетенций (поститоговый контроль) и критерии их оценивания

Задания для проверки компетенции: ОК-8.

Код и формулировка компетенции	ОК-8: готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность;
Результат освоения компетенции	Результат ОК-8: владеет знаниями, умениями и навыками, соответствующими содержанию дисциплины «Физическая культура и спорт» (адаптированная программа для инвалидов и лиц ОВЗ, формирующими готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
Результаты обучения в соответствии с ФГОС ВО	Знать: основы игры в шахматы, особенности проведения и участия в шахматных турнирах, сущность здорового образа жизни. Уметь: реализовывать знания основ игры в шахматы на практике; осуществлять взаимодействие между участниками игры в шахматы; вести здоровый образ жизни. Владеть: навыками работы в команде; навыками творчества при игре в шахматы; совершенствовать логические умения при игре в шахматы; поиском информации для самообразования.

Время выполнения заданий: 30 минут.

1. *Образовательное учреждение обязано предоставлять специальные условия для лиц с ограниченными возможностями здоровья:*
а) по заявлению, предоставленному обучающимся с ОВЗ;
б) если в учреждении обучаются лица с ОВЗ;
в) даже, если учащиеся с ОВЗ не обучаются в образовательном учреждении;
г) которые приходят в учреждение.
2. *Определите основные средства физической культуры наиболее приемлемые в пожилом возрасте:*
а) бег трусцой;
б) лыжные и туристские походы;
в) физические упражнения в среднем темпе и плавание;
г) круговая тренировка.
3. *Первый чемпионат мира по шахматам прошел в*
а) 1924 г.:
б) 1851 г.;
в) 1901 г.;
г) 1890 г.
4. *Вилка в шахматах представляет:*
а) один ход при котором перемещаются король и ладья;
б) нападение на две фигуры одновременно;
в) расположение своей фигуры на линии действия дальнобойных фигур противника;
г) воздействие на фигуру противника через другую фигуру, которая вынуждена будет уйти.
5. *Завлечение это:*
а) тактический примем в результате которого вынуждают фигуру пойти на определенное поле при котором достигается преимущество;
б) нападение на две фигуры одновременно;

в) расположение своей фигуры на линии действия дальобойных фигур противника;
г) воздействие на фигуру противника через другую фигуру, которая вынуждена будет уйти.

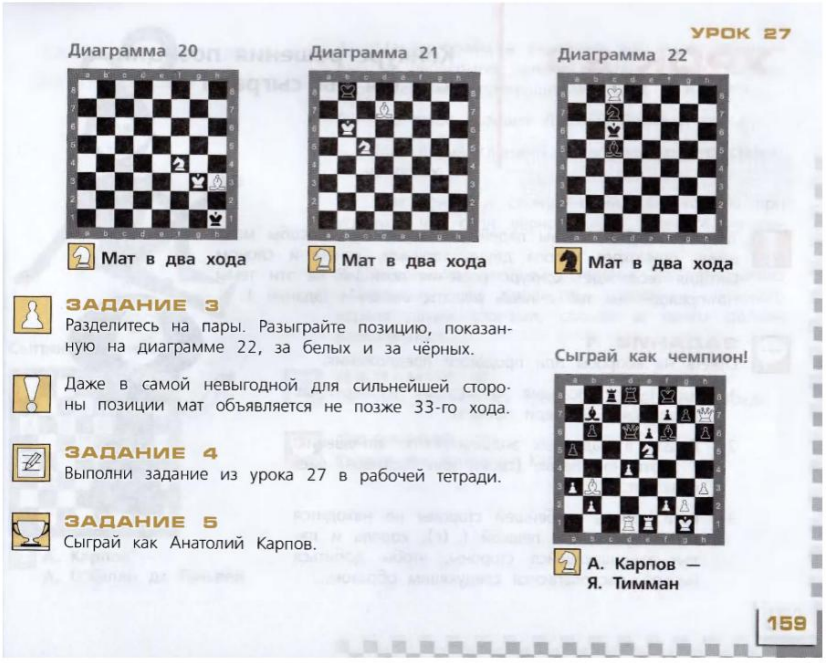
6. Задание на соответствие:

1	Завлечение	а)	Тактический примем в результате которого вынуждают фигуру пойти на определенное поле при котором достигается преимущество;
2	Вилка	б)	Расположение своей фигуры на линии действия дальобойных фигур противника
3	Рокировка	в)	Нападение на две или несколько фигур одновременно
4	Перекрытие	г)	Один ход при котором перемещаются король и ладья

7. Задание на соответствие:

1	Инклюзивное образование	а)	Образование для углубленного изучения предметов
2	Дополнительное образование детей	б)	Включенное образование
3	Дошкольное воспитание	в)	Воспитание детей дошкольного возраста в учреждениях.
4	Высшее профессиональное образование	г)	Подготовка специалистов для народного хозяйства.

8. Практическое задание. Решить шахматную задачу (диаграмма 20). Поставить мат в 2 хода.



Ключ к тесту:

Номер вопроса	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
Номер	в	в	б	б	а	1-а	1-б

правильного ответа						2-в 3-г 4-б	2-а 3-с 4-г

Ключ к практическому заданию (решению практической задачи):

Диаграмма 20. C g2+ ; Кр g1; К e2 X

Критерии оценивания:

Весь поститорговый контроль по компетенции оценивается в 10 баллов:

1. ответ на каждый тестовый вопрос оценивается в 0-1 балл;
2. задание на соответствие оценивается в 0-1 балл;
3. практическое задание оценивается в 0-3 балла:
4. 3 балла - студент правильно выполнил предложенные задания на основе изученной теории, методов, приемов, технологий;
5. 2 балла - студент способен применять полученные теоретические знания в практической деятельности, решать типичные задачи на основе воспроизведения стандартных алгоритмов, при выполнении заданий допускает незначительные ошибки;
6. 1 балл - при выполнении задания допущены грубые ошибки;
7. 0 баллов - студент не выполнил задание.

Оценка зависит от процента выполнения всех заданий.

Шкала оценивания сформированности компетенции

Уровни освоения компетенции	**Содержательное описание уровня**	**Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)**	**Академическая оценка**	**% выполнения всех заданий**
Повышенный (высокий)	Творческая деятельность	Включает нижестоящий уровень. Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического или прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий.	Отлично	90-100
Базовый	Продуктивная деятельность	Включает нижестоящий уровень. Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	Хорошо	70-89
Удовлетворительный	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретического и практического контролируемого материала	Удовлетворительно	50-69
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		Неудовлетворительно	менее 50

Считать, что положительные результаты поститогового контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования указанной компетенции (этапа формирования компетенции). Если обучающийся получил оценку «неудовлетворительно», то считать компетенцию не сформированной на данном этапе. При получении оценок «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично» считать, что проверяемая компетенция сформирована на достаточном уровне.

Методические указания для проверки остаточных знаний

1. Сроки проведения процедуры оценивания: по графику деканата.
2. Сбор, обработка и оценивание результатов поститогового контроля проводится преподавателем по распоряжению деканата.
3. Предъявление результатов оценивания осуществляется в течение недели после проведения контрольного мероприятия, оформляется в виде отчета и хранится в деканате в течение всего срока обучения обучающегося.