

**Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Информационно-технологический университет»
(АНО ВО ИТУ)**

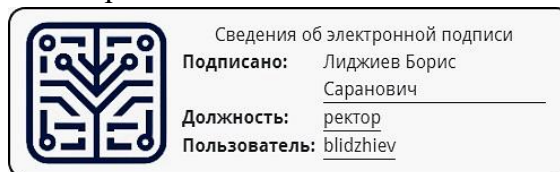
ПРИНЯТО

Решением Ученого Совета
АНО ВО ИТУ
Протокол № 01

от « 17 » января 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Ректор АНО ВО ИТУ Б.С. Лиджиев



от « 17 » января 2025 г.

**Фонд оценочных средств (материалов) (актуализированная версия)
Текущего контроля и промежуточной аттестации
по дисциплине (модулю)**

ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Б1. О.03.ДЭ.01.02 МАССОВЫЙ СПОРТ

Для направления подготовки:

09.03.01 Информатика и вычислительная техника
(уровень бакалавриата)

Типы задач профессиональной деятельности:
производственно-технологический

Направленность (профиль):

Информационные системы

Форма обучения:

очная, очно-заочная, заочная

Результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Рассматривает нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает: нормы здорового образа жизни Умеет: применять нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности Владеет: навыком применения норм здорового образа жизни как основы для полноценной социальной и профессиональной деятельности
	УК-7.2. Выбирает и использует здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности	Знает: здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Умеет: применять здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Владеет: навыком применения здоровьесберегающих приемов физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности

Показатели оценивания результатов обучения

Шкала оценивания			
неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
УК-7.1. Рассматривает нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности			
Не знает: нормы здорового образа жизни Не умеет: применять нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности	В целом знает: нормы здорового образа жизни, но допускает грубые ошибки В целом умеет: применять нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и	Знает: нормы здорового образа жизни, но иногда допускает ошибки Умеет: применять нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и	Знает: нормы здорового образа жизни Умеет: применять нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности

<p>Не владеет: навыком применения норм здорового образа жизни как основы для полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>профессиональной деятельности, но часто испытывает затруднения В целом владеет: навыком применения норм здорового образа жизни как основы для полноценной социальной и профессиональной деятельности, но часто испытывает затруднения</p>	<p>профессиональной деятельности, но иногда испытывает затруднения Владеет: навыком применения норм здорового образа жизни как основы для полноценной социальной и профессиональной деятельности, но иногда испытывает затруднения</p>	<p>Владеет: навыком применения норм здорового образа жизни как основы для полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>
<p>УК-7.2. Выбирает и использует здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности</p>			
<p>Не знает: здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Не умеет: применять здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Не владеет: навыком применения здоровьесберегающих приемов физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности</p>	<p>В целом знает: здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности, но допускает грубые ошибки В целом умеет: применять здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности, но часто испытывает затруднения В целом владеет: навыком применения здоровьесберегающих приемов</p>	<p>Знает: здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности, но иногда допускает ошибки Умеет: применять здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности, но иногда испытывает затруднения Владеет: навыком применения здоровьесберегающих приемов физической культуры для</p>	<p>Знает: здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Умеет: применять здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Владеет: навыком применения здоровьесберегающих приемов физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной</p>

	<p>физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности, но часто испытывает затруднения</p>	<p>укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности, но иногда испытывает затруднения</p>	<p>профессиональной и другой деятельности</p>
--	---	--	---

Оценочные средства (материалы)

Разъясните основные понятия:

№	Определение	Понятие
1	Массовый спорт - это форма физической активности людей различного возраста и уровня физической подготовки, с целью поддержания и улучшения своего здоровья, физической формы и получения удовольствия от занятий спортом	Массовый спорт
2	Массовый спорт играет важную роль в обществе, способствуя укреплению здоровья и физической формы населения, формированию здорового образа жизни, развитию социальных навыков, привлечению и объединению людей, а также предотвращению различных заболеваний	Роль массового спорта в обществе
3	Доступность Доступные затраты Возможность заниматься спортом без ограничений по возрасту Возможность заниматься спортом без специальной физической подготовки Занятия на любительском уровне без стресса от соревнований Свободное увлечение и удовлетворение от занятий физической активностью.	Какие достоинства массового спорта в сравнении с профессиональным спортом
4	Бег, ходьба, велоспорт, фитнес, аэробика, гимнастика, плавание, игры на открытом воздухе (футбол, баскетбол, волейбол и др.), танцы и другие активности, доступные людям всех возрастов и уровней подготовки..	Какие виды спорта относятся к массовому спорту
5	Организация массового спорта в России позволяет поддерживать здоровье населения, формировать сознательное отношение к здоровому образу жизни, создавать условия для активного проведения досуга, развивать физическую культуру и спорт в обществе, а также открывать возможности для выявления талантливых спортсменов на профессиональном уровне.	Каковы преимущества организации массового спорта в России
6	ограничения доступа к спортивным объектам и инфраструктуре, недостаточное финансирование, низкая осведомленность о пользе физической активности, отсутствие мотивации и времени у людей для занятий спортом	Преграды, стоящие на пути развития массового спорта

	недостаток специалистов и тренеров в данной сфере.	
7	Это Министерство спорта Российской Федерации, олимпийские комитеты, спортивные общества и клубы, федерации и ассоциации различных видов спорта, местные органы власти.	Организации отвечающие за развитие массового спорта в России
8	финансирование спортивных мероприятий, строительство спортивных объектов, создание специализированных программ и инфраструктур, поощрение спортивных достижений, организацию спортивных мероприятий на местном и национальном уровне	Меры поддержки от государства массового спорта
9	Это матчи или соревнования, в которых участвует команда спортсменов, играющая с другой командой или соревнующихся против других команд.	Командные виды спорта
10	Для детей предусмотрены соревнования в соответствии с возрастом и посильной нагрузкой	Есть ли детские виды массового спорта

Вопросы открытого типа:

№	Вопрос	Ответ
1	В области массового спорта могут быть реализованы: направленные на пропаганду правильного образа жизни и физической активности, проведение фитнес-мероприятий, беговых и велосипедных марафонов, разработку программ тренировок и консультации специалистов по здоровому образу жизни. О чем идет речь?	Здоровьесберегающие программы
2	Развивает командный дух и гражданскую ответственность у детей и подростков, развивает социальные навыки и повышает самооценку. Что имеется ввиду?	Массовый спорт.
3	Какую роль играет физическая подготовка для массового спорта?	Положительный факт для улучшение техники и тактики спортивной деятельности.
4	Существуют ли этические нормы в массовом спорте?	Да, важно соблюдать общепринятые принципы.

5	Кому доступны массовые виды спорта?	Каждому человеку
6	Какими способами можно мотивировать себя для регулярных занятий массовыми видами спорта	Поставить себе конкретные цели
7	При занятии массовым спортом какие качества могут быть применимы в повседневной жизни?	Общечеловеческие духовные ценности
8	Может ли быть массовый спорт международным?	Да, у массового спорта нет границ

Тестовые задания

1.	Какая основная цель массового спорта
А)	Поддержание здоровья и здорового образа жизни людей
Б)	Выиграть чемпионат
В)	Участвовать в Олимпийских играх
Г)	Победить всех соперников

2.	Какие виды спорта относятся к массовому спорту
А)	Различные виды спорта, такие как бег, велоспорт, гимнастика, танцы и др
Б)	Только футбол
В)	Только плавание
Г)	Только массовы бег

3.	Массовый спорт это:
А)	Спорт, ориентированный на массовое участие людей всех возрастов и уровней физической подготовки
Б)	Спорт, доступный только профессионалам
В)	Спорт, который не требует физической активности
Г)	Вид отдыха

4.	Какую роль массовый спорт играет в обществе
А)	Поддержка здоровья людей, развитие физической формы, укрепление социальных связей и формирование здорового образа жизни
Б)	Умение пользоваться спортивным инвентарем

В)	Профессиональная карьера спортсменов
Г)	Развлечение для зрителей

5.	Несет ли массовый спорт высокую информационно-развлекательную ценность спортивно-зрелищных мероприятий
А)	да
Б)	нет
В)	Невозможно определить
Г)	Это вообще не важно для спортивных мероприятий

6.	Под выносливостью в массовом спорте что предполагается
А)	Физическая выносливость при массовых мероприятиях
Б)	физическая закалка
В)	физическая тренировка
Г)	двигательная активность

7.	Активный отдых — это
А)	Двигательная деятельность, снимающая утомление и способствующая восстановлению работоспособности
Б)	Психологические установки бодрствования
В)	Деятельность, направленная на совершенствование двигательного действия в изменяющихся условиях.
Г)	Специфическая подготовка спортсмена к предстоящим соревнованиям

8.	Упражнения, занятия на воздухе, гигиенические процедуры закаливания - это _____ в массовом спорте
А)	Компоненты
Б)	Элементы
В)	Средства
Г)	Условия

9.	Сумма показателей развития здоровья и подготовленности личности - это физическое
А)	Состояние

Б)	Самочувствие
В)	Настроение
Г)	Расположение

10.	Выполнение упражнений в кругу соратников - метод _____ тренировки
А)	Совместной
Б)	Последовательной
В)	Постепенной
Г)	Массовой

Ключ к тестовым заданиям

1	2	3	4	5
а	а	оздоровление	а	а
6	7	8	9	10
а	а	компоненты	состояние	совместной
11	12	13	14	
а	нагрузка			

Критерии оценки при проведении промежуточной аттестации

Оценивание знаний студентов осуществляется по 4-балльной шкале при проведении экзаменов и зачетов с оценкой (оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» и «неудовлетворительно») или 2-балльной шкале при проведении зачета («зачтено», «не зачтено»).

При прохождении студентами промежуточной аттестации оцениваются:

1. Полнота, четкость и структурированность ответов на вопросы, аргументированность выводов.
2. Качество выполнения практических заданий (при их наличии): умение перевести теоретические знания в практическую плоскость; использование правильных форматов и методологий при выполнении задания; соответствие результатов задания поставленным требованиям.
3. Комплексность ответа: насколько полно и всесторонне студент раскрыл тему вопроса и обратился ко всем ее аспектам

Критерии оценивания

4-балльная шкала и 2-балльная шкалы	Критерии
«Отлично» или «зачтено»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Полные и качественные ответы на вопросы, охватывающие все необходимые аспекты темы. Студент обосновывает свои выводы с использованием соответствующих фактов, данных или источников, демонстрируя глубокую аргументацию. 2. Студент успешно переносит свои теоретические знания в практическую реализацию. Выполненные задания соответствуют высокому уровню качества, включая использование правильных форматов, методологий и инструментов. 3. Студент анализирует и оценивает различные аспекты темы, демонстрируя способность к критическому мышлению и самостоятельному исследованию.
«Хорошо» или «зачтено»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Студент предоставляет достаточно полные ответы на вопросы с учетом основных аспектов темы. Ответы студента имеют ясную структуру и последовательность, делая их понятными и логически связанными. 2. Студент способен применить теоретические знания в практических заданиях. Выполнение задания в целом соответствует требованиям, хотя могут быть некоторые недочеты или неточные выводы по полученным результатам 3. Студент представляет хорошее понимание темы вопроса, охватывая основные аспекты и направления ее изучения. Ответы студента содержат достаточно информации, но могут быть некоторые пропуски или недостаточно глубокие суждения.
«Удовлетворительно» или «зачтено»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ответы на вопросы неполные, не охватывают всех аспектов темы и не всегда структурированы или логически связаны. Студент предоставляет верные выводы, но они недостаточно аргументированы или основаны на поверхностном понимании предмета вопроса. 2. Студент способен перенести теоретические знания в практические задания, но недостаточно уверен в верности примененных методов и точности в их выполнении. Выполненное задание может содержать некоторые ошибки, недочеты или расхождения. 3. Студент охватывает большинство основных аспектов темы вопроса, но демонстрирует неполное или поверхностное их понимание, дает недостаточно развернутые объяснения.
«Неудовлетворительно» или «не зачтено»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Студент отвечает на вопросы неполно, не раскрывая основных аспектов темы. Ответы студента не структурированы, не связаны с заданным вопросом, отсутствует их логическая обоснованность. Выводы, предоставляемые студентом, представляют собой простые утверждения без анализа или четкой аргументации. 2. Студент не умеет переносить теоретические знания в практический контекст и не способен применять их для выполнения задания. Выполненное задание содержит много ошибок, а его результаты не соответствуют поставленным

	<p>требованиям и (или) неправильно интерпретируются.</p> <p>3. Студент ограничивается поверхностным рассмотрением темы и не показывает понимания ее существенных аспектов. Ответ студента частичный или незавершенный, не включает анализ рассматриваемого вопроса, пропущены важные детали или связи.</p>
--	--