

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 21.05.2026 01:10:43

Уникальный программный ключ:

891934b8c2cf7b6350cbe51cdd43096e877fa1f3



МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное

учреждение высшего образования

«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)

Миасский филиал

Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 1

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

по дисциплине

Оздоровительная физическая культура

Направление подготовки

02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии

Направленность (профиль)

Компьютерные науки

Присваиваемая квалификация

бакалавр

Форма обучения

очная

Миасс 2026 г.

**02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии,
Компьютерные науки, Оздоровительная физическая культура, 2026, очная**

Фонд оценочных средств одобрен и рекомендован:

Проректор по учебной работе утверждено 27.02.26 А.А. Саламатов

Ученым советом Миасского филиала ФГБОУ ВО "ЧелГУ"

Протокол заседания № 8 от 24.02.2026

Председатель Ученого совета
Миасского филиала ФГБОУ ВО
"ЧелГУ"

согласовано

Т.В. Малькова

Заседанием кафедры филологии

Протокол заседания № 6 от 13.02.2026

Заведующий кафедрой

согласовано

С.М. Шакиров

Автор (составитель)

И.В. Пичугина

**Структура фонда оценочных средств соответствует приказу ректора ФГБОУ ВО
«ЧелГУ» от «13» апреля 2021 г. № 247-1**



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 3 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Направление подготовки: Фундаментальная информатика и информационные технологии

Направленность (профиль): Компьютерные науки

Дисциплина: Двигательная рекреация и туризм

Семестр (семестры) изучения: 1,2,3,4,5 семестр

Форма промежуточной аттестации: зачет

2. ПЕРЕЧЕНЬ ФОРМИРУЕМЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

2.1. Компетенции, закреплённые за дисциплиной

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

Коды компетенции (по ФГОС)	Содержание компетенций согласно ФГОС	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	Индикаторы достижения компетенций
УК-7	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>Знать:</p> <p>теорию и методику самостоятельных занятий по физической культуре; индивидуальные особенности своего организма; средства и методы развития основных физических качеств; способы самоконтроля; роль туризма, как эффективного средства физической культуры и спорта, социальной и физической реабилитации; сферу туризма, цели туризма, виды туризма с краткой характеристикой и основные законодательные документы.</p> <p>Уметь:</p> <p>правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств;</p>	<p>УК-7.1. Обладает знаниями здоровьесберегающих технологий для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> <p>УК-7.2. Демонстрирует умения поддержания должного уровня физической подготовленности и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> <p>УК-7.3. Имеет навыки поддержания должного уровня физической и</p>



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 4 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

		<p>анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных мероприятий в процессе занятий туризмом</p> <p>Владеть: техникой выполнения упражнений на любые группы мышц; навыками самоконтроля физического состояния, теоретическими знаниями для физического самосовершенствования; техникой двигательных действий в различных видах туризма.</p>	<p>функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>
--	--	---	--

3. СОДЕРЖАНИЕ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

3.1 Виды оценочных средств

№ п/п	Контролируемые темы/разделы	Код компетенции/ планируемые результаты обучения	Наименование оценочного средства для текущего контроля	Наименование оценочного средства на промежуточной аттестации
1	Социально-биологические основы физической культуры	<p>УК-7 Знает теорию и методику самостоятельных занятий по физической культуре; индивидуальные особенности своего организма; средства и методы развития основных физических качеств; способы самоконтроля; роль туризма, как эффективного средства физической культуры и спорта, социальной и физической реабилитации; сферу туризма, цели туризма, виды туризма с краткой характеристикой и основные законодательные документы.</p> <p>Умеет правильно выполнять</p>	<p>оценочное средство 1 Реферат оценочное средство 2 Тесты оценочное средство 3 Собеседование</p>	Устный опрос (зачет)



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 5 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

		<p>физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств; анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных мероприятий в процессе занятий туризмом</p> <p>Владеет техникой выполнения упражнений на любые группы мышц; навыками самоконтроля физического состояния, теоретическими знаниями для физического самосовершенствования; техникой двигательных действий в различных видах туризма.</p>		
2	<p>Основы здорового образа жизни. Содержательные основы оздоровительной физической культуры.</p>	<p>УК-7 Знает теорию и методику самостоятельных занятий по физической культуре; индивидуальные особенности своего организма; средства и методы развития основных физических качеств; способы самоконтроля; роль туризма, как эффективного средства физической культуры и спорта, социальной и физической реабилитации; сферу туризму, цели туризма, виды туризма с краткой характеристикой и основные законодательные документы.</p> <p>Умеет правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств; анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных мероприятий в</p>	<p>оценочное средство 1 Реферат оценочное средство 2 Тесты оценочное средство 3 Собеседование</p>	<p>Устный опрос (зачет)</p>



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 6 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

		<p>процессе занятий туризмом</p> <p>Владеет техникой выполнения упражнений на любые группы мышц; навыками самоконтроля физического состояния, теоретическими знаниями для физического самосовершенствования; техникой двигательных действий в различных видах туризма.</p>		
3	<p>Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Способы восстановления после умственных и физических нагрузках</p>	<p>УК-7</p> <p>Знает теорию и методику самостоятельных занятий по физической культуре; индивидуальные особенности своего организма; средства и методы развития основных физических качеств; способы самоконтроля; роль туризма, как эффективного средства физической культуры и спорта, социальной и физической реабилитации; сферу туризму, цели туризма, виды туризма с краткой характеристикой и основные законодательные документы.</p> <p>Умеет правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств; анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных мероприятий в процессе занятий туризмом</p> <p>Владеет техникой выполнения упражнений на любые группы мышц; навыками самоконтроля физического состояния, теоретическими знаниями для физического</p>	<p>оценочное средство 1 Реферат оценочное средство 2 Тесты оценочное средство 3 Собеседование</p>	<p>Устный опрос (зачет)</p>



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 7 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

		самосовершенствования; техникой двигательных действий в различных видах туризма.		
--	--	---	--	--

Типовые задания, критерии и показатели оценивания в рамках текущего контроля представлены в рабочей программе по дисциплине. Полные комплекты оценочных средств и контрольно-измерительных материалов хранятся на кафедре и являются учебно-методическими материалами ограниченного (конфиденциального) пользования.

3.2 Содержание оценочных средств для текущей аттестации

Примерная тематика рефератов:

1. Двигательная рекреация при заболеваниях позвоночного столба.
2. Двигательная рекреация при нарушениях зрения.
3. Роль физических упражнений для профилактики нарушений зрения.
4. Методы двигательной рекреации у детей и подростков.
5. Подвижные игры в системе реабилитации детей.
6. Двигательная рекреация в пожилом и старческом возрасте.
7. Двигательная рекреация при алиментарном ожирении.
8. Двигательная рекреация при заболеваниях сосудов.
9. Методы физической реабилитации при заболеваниях сосудов.
10. Туризм – как вид двигательной рекреации.
11. Общие принципы и приёмы массажа. Виды массажа. Показания и противопоказания.

Вопросы для собеседования:

Семестр 1

1. Многообразие современного туризма.
2. Туризм как средство физического воспитания.
3. История, становление и развитие спортивного туризма в России и Челябинской области.
4. Документы, регламентирующие деятельность в спортивном туризме.
5. Обзор и анализ основополагающих документов: Конституция РФ, Закон о ФК, Закон об образовании, Закон о туризме, Федеральная целевая программа развития ФКиС, Программа развития туризма, Правила по спортивному туризму.

Семестр 2:

1. Психологические аспекты организации и проведения походов с туристами.
2. Применение учебно-тренировочного похода в командных видах спорта как средство сплочения коллектива.
3. Психологические особенности организации и проведения походов с детьми.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 8 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

4. Психологические особенности организации и проведения походов с молодежью.

Семестр 3:

1. История картографии
2. Способы ориентирования
3. Карты, их виды и назначение
4. Составление кроки
5. Компас и работа с ним

Семестр 4:

1. Психология туристской группы
2. Конфликтные ситуации в туристской группе
3. Психологический климат в туристской группе

Семестр 5

1. История и развитие спортивного туризма в России.
2. История и развитие спортивного туризма в Уральском регионе.
3. История развития спортивного туризма в Челябинской области, в Родственные виды спорта, их характеристика и взаимосвязь: скалолазание, альпинизм, спортивное ориентирование.
4. Новые виды экстремальных видов туризма.
5. Характеристика видов спортивного туризма и их перспектива развития на территории Челябинской области.

Семестр 6

1. Спортивное ориентирование в Челябинской области
2. Влияние ориентирования на мыслительные процессы и быстроту реакции человека
3. Картография и ее использование в туризме
4. Спортивное ориентирование в России
5. Развитие нравственных качеств в процессе занятий спортивно-оздоровительным туризмом.
6. Психологические аспекты организации и проведения походов с туристами.
7. Применение учебно-тренировочного похода в командных видах спорта как средство сплочения коллектива.
8. Психологические особенности организации и проведения походов с детьми.
9. Психологические особенности организации и проведения походов с молодежью.

Тест

- 1 Детско-юношеский туризм – это:
- А) Спортивное воспитание
 - В) Физическое воспитание
 - Б) Физическая подготовка
 - Г) Средство гармоничного развития детей в возрасте до 18 лет



2. Для проведения туристских мероприятий в регионах России общественным туристским движением и учреждениями образования развёрнута государственно-общественная система подготовки, переподготовки и повышения квалификации кадров для детско-юношеского спортивного туризма – это:

- А) Подготовка руководителей кружков
- Б) Подготовка физкультурных работников
- В) Подготовка воспитателей дополнительного образования
- Г) Подготовка инструкторов детско-юношеского туризма; инструкторов-методистов туризма; судей спортивных туристских соревнований**

3 Учреждения дополнительного образования детей туристско-краеведческого профиля – это:

- А) Центры детского и юношеского туризма, краеведения, экскурсий (ЦДЮТКЭ), станции юных туристов (СЮТур), детские туристские базы, детские туристские клубы**
- Б) Спортшколы
- В) Общеобразовательные школы
- Г) Библиотеки

4 Федеральный закон регулирующий туристическую деятельность – это:

- А) ФЗ «О спорте»
- Б) ФЗ «О защите прав потребителей»
- В) ФЗ «Об основах туристской деятельности»**
- Г) Конституция РФ

5. Оздоровительный туризм – это:

- А) Туризм, путешествия, поездки, походы в какой-либо местности с благоприятными для здоровья природно-климатическими условиями и пребывание там с целью отдыха**
- Б) Двигательная активность
- В) Физическая культура
- Г) Дыхательная гимнастика

6 Учреждения для оздоровительного туризма – это:

- А) Высшие учебные заведения
- Б) Медицинские учреждения
- В) Санаторно-курортные учреждения, туристские базы**
- Г) Гостиницы

7 Спортивные соревнования – это:

- А) Развлечение людей
- Б) Состязание (соперничество) людей в игровой форме с целью выяснения преимущества в степени физической подготовленности**
- В) Яркое зрелище



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 10 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Г) Физическое напряжение

8 Субъект управленческой деятельностью соревнованием – это:

- А) Спортсмен
- Б) Судья**
- В) Спортивный менеджер
- Г) Зрители

9 Основной документ о проведении соревнования – это:

- А) Приказ
- Б) Положение о соревнованиях**
- В) Служебная записка
- Г) План подготовки к соревнованиям

10 Спортивный туризм – это:

- А) Вид спорта, имеющий целью спортивное совершенствование человека в преодолении естественных препятствий.**
- Б) Оздоровительные мероприятия.
- В) Досуг людей.
- Г) Физическое совершенство.

11 Кто руководит туристским походом – это:

- А) Участники похода
- Б) Руководитель похода**
- В) Директор учреждения
- Г) Родители участников

12 Каких должностей нет в туристском походе – это:

- А) Руководитель, зам. руководителя
- Б) Завхоз**
- В) Писарь**
- Г) Завснар

13 Анимация – это:

- А) Физическое оживление человека**
- Б) Физическое качество
- В) Духовное оживление человека
- Г) Тяжелая атлетика

14 Спортивные звания – это:

- А) Отличник спорта
- В) Отличник образования
- Б) МС,ЗМС**
- Г) Спортивный разряд



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 11 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

15 Туристское снаряжение – это:

А) Автомобиль

В) Одежда

Б) Палатки, спальники...

Г) Посуда

3.3. Критерии оценивания по видам оценочных средств

Реферат:

тема выбирается совместно с преподавателем, возможно предложение интересующей студента темы. Стандартный объем реферат. Не менее 15 – 20 страниц. Основное требование, чтобы текст реферата соответствовал названию темы. Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Реферат должен иметь список используемой литературы, не менее 3 – 5 источников, помимо электронного ресурса. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата по методическим рекомендациям.

1. Новизна реферируемого текста

"Отлично" - тема актуальна, новизна в постановке проблемы, реферат подготовлен самостоятельно, видна авторская позиция

"Хорошо" - тема актуальна, реферат подготовлен самостоятельно, видна авторская позиция

"Удовлетворительно" - реферат подготовлен самостоятельно

"Неудовлетворительно" - реферат выполнен не самостоятельно

2. Степень раскрытия сущности проблемы

"Отлично" - план соответствует теме реферата, содержание соответствует плану и теме реферата, видно умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал, сопоставлены различные точки зрения по теме реферата, сделаны выводы

"Хорошо" - план соответствует теме реферата, содержание соответствует плану и теме реферата, видно умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал, сделаны выводы

"Удовлетворительно" - план не соответствует теме реферата, содержание не соответствует плану и теме реферата, сделаны не все выводы

"Неудовлетворительно" - план не соответствует теме реферата, содержание не соответствует плану и теме реферата, не видно умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал, не сделаны выводы

3. Обоснованность выбора источников

"Отлично" Привлечены новейшие работы по проблеме, видна полнота использования источников по проблеме

"Хорошо" Привлечены не все работы по проблеме, проблема в целом раскрыта

"Удовлетворительно" Перечень источников не оригинален, решение проблемы поверхностное

"Неудовлетворительно" Источники выбраны произвольно, проблема не решена

4. Соблюдение требований к оформлению



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 12 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

"Отлично" - правильное оформление библиографических ссылок, соблюдены требования к объему и оформлению, нет замечаний к оформлению абзацев, шрифту

"Хорошо" - правильное оформление библиографических ссылок, соблюдены требования к объему и оформлению, есть замечания к оформлению абзацев, шрифту

"Удовлетворительно" - неправильное оформление библиографических ссылок, не соблюдены требования к объему и оформлению, нет замечаний к оформлению абзацев, шрифту

"Неудовлетворительно" - неправильное оформление библиографических ссылок, не соблюдены требования к объему и оформлению, есть замечания к оформлению абзацев, шрифту

5. Логичность и грамотность изложения материала

"Отлично" - отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, отсутствие опечаток, научный стиль работы

"Хорошо" - отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, есть опечатки, научный стиль работы

"Удовлетворительно" - есть орфографические и синтаксические ошибки, есть опечатки, есть элементы разговорного стиля

"Неудовлетворительно" - есть орфографические и синтаксические ошибки, есть опечатки, стиль работы не научный

Отметка «хорошо» – если по четырём критериям – не ниже «хорошо» и по одному «удовлетворительно».

Отметка «удовлетворительно» – если по четырём критериям не ниже «удовлетворительно» и по одному – «неудовлетворительно».

Отметка «неудовлетворительно» – если по двум и более критериям «неудовлетворительно».

Собеседование:

Оценка «5» (отлично) ставится, если: студент полно усвоил учебный материал; проявляет навыки анализа, обобщения, критического осмысления, публичной речи, аргументации, ведения дискуссии и полемики, критического восприятия информации; материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, точно используется терминология; показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации; высказывать свою точку зрения; продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость компетенций, умений и навыков. Могут быть допущены одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов.

Оценка «4» (хорошо) ставится, если: ответ удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет один из недостатков: в усвоении учебного материала допущены небольшие пробелы, не искавшие содержание ответа; допущены один – два недочета в формировании навыков публичной речи, аргументации, ведения дискуссии и полемики, критического восприятия информации.

Оценка «3» (удовлетворительно) ставится, если: неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии,



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 13 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

исправленные после нескольких наводящих вопросов; при неполном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность компетенций, умений и навыков, учащийся не может применить теорию в новой ситуации.

Оценка «2» (неудовлетворительно) ставится, если: не раскрыто основное содержание учебного материала; обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов; не сформированы компетенции, умения и навыки публичной речи, аргументации, ведения дискуссии и полемики, критического восприятия информации.

Тест

Критерии оценивания теста

Оценка	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
Набранная сумма баллов (% выполненных заданий) (макс – 100)	Менее 60	60-75	76-95	96-100
Оценка	Не зачтено	Зачтено		
Набранная сумма баллов (% выполненных заданий) (макс – 100)	Менее 60	60-100		

4. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

4.1 Порядок проведения и содержание оценочных средств для промежуточной аттестации

Зачет

Зачет проводится в форме устного опроса.

Контрольная работа проводится для студентов заочного отделения.

Вопросы к зачету 1 семестр:

1. Дать определение понятия – реабилитация, двигательная реабилитация, здоровый образ жизни.
2. Перечислить и охарактеризовать основные средства оздоровительной направленности.
3. Дать характеристику физкультурно-оздоровительных систем и методик.
4. Перечислить требования к составлению реабилитационных программ.
5. Дать характеристику основных биоритмов.
6. Дать характеристику игр, как методу двигательной рекреации.

Вопросы к зачету 2 семестр:

1. Механизм и методики физической реабилитации при заболеваниях сосудов:



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 14 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

2. (на примере варикозной болезни вен нижних конечностей).
3. Основные приёмы и методики массажа. Механизм воздействия.
4. Туризм как вид двигательной рекреации.
5. 8. Основные принципы мануальной терапии и мышечной релаксации.
6. Дать анатомо-физиологическую характеристику развития детей в
7. онтогенезе.
8. Охарактеризовать правильную осанку ребёнка и взрослого человека.

Вопросы к зачету 3 семестр:

1. Профилактика травматизма при спортивных играх.
2. Принципы сбалансированного питания при занятиях атлетической гимнастикой.
3. Влияние физических упражнений на системы организма человека.
4. Принципы самоконтроля состояния здоровья при занятиях оздоровительной физической культурой.
5. Охарактеризовать методику оздоровительной ходьбы.

Вопросы к зачету 4 семестр:

1. Физиологические основы оздоровительной тренировки.
- 2.
3. Методики построения занятий оздоровительным бегом.
4. Методика построения занятий ходьбы на лыжах.
5. Охарактеризовать методы закаливания.
6. Физиологические механизмы закаливания.
7. Задачи и комплексная методика профилактики и реабилитации при остеохондрозе.

Вопросы к зачету 5 семестр:

1. Основные средства физической реабилитации при нарушениях осанки.
2. Дать характеристику оздоровительным методам народной медицины.
3. Дать возрастную периодизацию онтогенеза человека.
4. Охарактеризовать возрастные изменения в органах и системах человека.
5. Организационно-методические особенности построения занятий оздоровительной физической культурой с лицами пожилого возраста.
6. Дать определение – алиментарное ожирение. Виды нарушения пищевого поведения.

Вопросы к зачету 6 семестр:

1. Характеристика патологических изменений в органах и системах человека при ожирении.
2. Роль питания и принципы физической реабилитации при ожирении.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 15 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

3. Основные причины развития и проявления сахарного диабета.
4. Роль физической реабилитации при сахарном диабете.

4.2 Критерии оценивания компетенций в ходе промежуточной аттестации

Код компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания	
		Не зачтено	Зачтено
УК-7	Знает: теорию и методику самостоятельных занятий по физической культуре; индивидуальные особенности своего организма; средства и методы развития основных физических качеств; способы самоконтроля; роль туризма, как эффективного средства физической культуры и спорта, социальной и физической реабилитации; сферу туризма, цели туризма, виды туризма с краткой характеристикой и основные законодательные документы.	Не знает: теорию и методику самостоятельных занятий по физической культуре; индивидуальные особенности своего организма; средства и методы развития основных физических качеств; способы самоконтроля; роль туризма, как эффективного средства физической культуры и спорта, социальной и физической реабилитации; сферу туризма, цели туризма, виды туризма с краткой характеристикой и основные законодательные документы.	Знает: теорию и методику самостоятельных занятий по физической культуре; индивидуальные особенности своего организма; средства и методы развития основных физических качеств; способы самоконтроля; роль туризма, как эффективного средства физической культуры и спорта, социальной и физической реабилитации; сферу туризма, цели туризма, виды туризма с краткой характеристикой и основные законодательные документы.
	Умеет: правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств; анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных мероприятий в процессе занятий туризмом	Не умеет: правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств; анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных мероприятий в процессе занятий туризмом	Умеет: правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств; анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных мероприятий в процессе занятий туризмом



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 16 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Владеет:
техникой выполнения
упражнений на любые группы
мышц; навыками самоконтроля
физического состояния,
теоретическими знаниями для
физического
самосовершенствования;
техникой двигательных
действий в различных видах
туризма.

Не владеет:
техникой выполнения
упражнений на любые группы
мышц; навыками
самоконтроля физического
состояния, теоретическими
знаниями для физического
самосовершенствования;
техникой двигательных
действий в различных видах
туризма.

Владеет:
техникой выполнения
упражнений на любые группы
мышц; навыками
самоконтроля физического
состояния, теоретическими
знаниями для физического
самосовершенствования;
техникой двигательных
действий в различных видах
туризма.

4.1. Критерии оценивания зачета

Зачет

Критериями устного ответа выступают следующие качества знаний:

полнота – количество знаний об изучаемом объекте, входящих в программу;

глубина – совокупность осознанных знаний об объекте;

конкретность – умение раскрыть конкретные проявления обобщённых знаний
(доказать на примерах основные положения);

системность – представление знаний об объекте в системе, с выделением
структурных её элементов, расположенных в логической последовательности;

развёрнутость – способность развернуть знания в ряд последовательных шагов;

осознанность – понимание связей между знаниями, умение выделить существенные
и не-существенные связи, познание способов и принципов получения знаний.

Ответ студента по вопросам дисциплины оценивается положительно с выставлением
оценки «зачтено» в следующих случаях:

- студент глубоко и полно владеет содержанием учебного материала; умеет
связывать теорию с практикой, решает соответствующие задачи, теоретические выводы
подтверждает примерами, фактами, данными научных исследований; осуществляет
межпредметные связи, предложения. Делает выводы логично, четко. Ясно и кратко
излагает ответы на поставленные вопросы; умеет обосновывать свои суждения и
профессионально-личностную позицию по излагаемому вопросу. Дан полный,
развёрнутый ответ на поставленный вопрос; показана совокупность осознанных знаний об
объекте изучения, доказательно раскрыты основные положения (свободно оперирует
понятиями, терминами, персоналиями и др.); в ответе прослеживается чёткая структура,
выстроенная в логической последовательности; ответ изложен литературным грамотным
языком и носит самостоятельный характер.

– ответ студента соответствует указанным выше критериям, но содержание ответа
имеет отдельные неточности (несущественные ошибки) в изложении теоретического и
практического материала, отличается меньшей обстоятельностью, глубиной,
обоснованностью и полнотой; были допущены неточности в определении понятий,
персоналий, терминов, дат и др, допущены незначительные ошибки, допущенные ошибки
исправляются студентом после дополнительных вопросов экзаменатора.

– студент обнаруживает знание и понимание основных положений учебного
материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности и



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 17 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

существенные ошибки в определении понятий, формулировке положений, не привлекает для аргументации ответа основные положения концептуальных и нормативных документов, не умеет обосновать свои суждения; наблюдается нарушение логики изложения; в ответе не присутствуют доказательные выводы; сформированность умений показана слабо. Ответ отличается низким уровнем самостоятельности, не содержит собственной профессионально-личностной позиции.

Оценка «незачтено» за ответ студента по вопросам дисциплины выставляется в случаях, когда:

– студент имеет разрозненные, бессистемные знания: не умеет выделять главное и второстепенное; допускает ошибки в определении понятий, формулировке теоретических положений, искажает их смысл; не ориентируется в нормативно-концептуальных, программно-методических, исследовательских материалах, беспорядочно и неуверенно излагает материал; не умеет соединять теоретические положения с практикой; не умеет применять знания для обоснования и объяснения фактов, не устанавливает межпредметные связи.

4.4. Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций

Уровень освоения компетенций	Оценка
Продвинутый	зачтено
Базовый	зачтено
Пороговый	зачтено
компетенции не сформированы	Не зачтено

Уровни формирования компетенций:

1. Пороговый уровень:

- предполагает формирование компетенций на начальном уровне: знание теории организации и проведения самостоятельных занятий по физической культуре; индивидуальных особенностей своего организма;
- студент способен давать ответы на теоретические вопросы дисциплины на уровне не ниже оценки «удовлетворительно».

2. Базовый уровень:

- предполагает формирование компетенций на более высоком уровне: формируется комплексное знание о средствах и методах развития основных физических качеств; способах самоконтроля;
- студент способен давать развернутые ответы на теоретические вопросы дисциплины;
- умеет правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения;
- владеет техникой выполнения упражнений на любые группы мышц.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра прикладной математики

Фонд оценочных средств по дисциплине «Оздоровительная физическая культура»
по направлению подготовки 02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии, профиль
«Компьютерные науки» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 18 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

3. Продвинутый уровень:

- предполагает формирование компетенций на высоком уровне, готовность к самостоятельной профессиональной деятельности;
- умеет составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств;
- анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных мероприятий в процессе занятий туризмом;
- владеет навыками самоконтроля физического состояния; техникой двигательных действий в различных видах туризма.