

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Нижекамский химико-технологический институт (филиал)
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Казанский национальный исследовательский технологический университет»
(НХТИ ФГБОУ ВО «КНИТУ»)



УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по УР

Л.И. Агзамова

«27» 04 2024 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине (модулю)

ОГСЭ.04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

18.02.07 Технология производства и переработки пластических масс и
эластомеров

техник-технолог
квалификация

Очная
форма обучения

Нижекамск, 2024 г.


Составитель ФОС:
Ст. преподаватель



Д.М. Панягин

ФОС рассмотрен и одобрен на заседании цикла физического воспитания и спорта, протокол № 6 от 28.02. 2024 г.

Зав. циклом

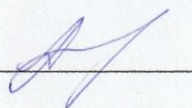


О.Н. Макусев

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания кафедры НХС, реализующей подготовку основной образовательной программы № 7 от 29.03. 2024 г.

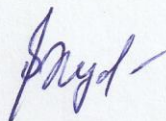
И.о. зав. кафедрой



Р.З. Агзамов

Эксперт:

Ответственный за ППССЗ,
разработчик учебного плана,
ст. преподаватель кафедры НХС



Г.Р. Хуснутдинова

Перечень компетенций с указанием уровней их формирования

по направлению подготовки техника 18.02.07 Технология производства и переработки пластических масс и эластомеров

Индекс Компетен- ции	Содержание компетенции	Этапы формирования компетенции				Наименование оценочного сред- ства
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Курсовой про- ект (работа)	
ОК-8	Использовать средства фи- зической культуры для со- хранения и укрепления здо- ровья в процессе профес- сиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подго- товленности.	Не предусмотрены	Тема 1. Тема 2. Тема 3. Тема 4.	Не предусмотре- ны	Не преду- смотрены	Посещаемость, контрольные нормативы, рефе- рат

Перечень оценочных средств по дисциплине (модулю)

1 семестр

Оценочные средства	Кол-во	Min, баллов (базовый уровень)	Max, баллов (повышенный уровень)
Посещаемость	16	35	50
Контрольные нормативы	8	20	40
Самостоятельная работа студентов	1	5	10
Итого:		60	100

2 семестр

Оценочные средства	Кол-во	Min, баллов (базовый уровень)	Max, баллов (повышенный уровень)
Посещаемость	27	35	50
Контрольные нормативы	8	20	40
Самостоятельная работа студентов	1	5	10
Итого:		60	100

для студентов, освобожденных от практических занятий.

1,2 семестры

Оценочные средства	Кол-во	Min, баллов (базовый уровень)	Max, баллов (повышенный уровень)
Реферат	1	60	100
Итого:		60	100

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
 Нижнекамский химико-технологический институт (филиал)
 федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
 высшего образования
 «Казанский национальный исследовательский технологический университет»

*Факультет подготовительный
 Цикл Физического воспитания и спорта*

Направление подготовки: 18.02.07 Технология производства и переработки пластических
 масс и эластомеров

Тема 1. Легкая атлетика 1, 2 семестры
Контрольные нормативы для проведения промежуточной аттестации
основного отделения студентов

Девушки

Критерии оценки:

Нормативы	Оценка в очках				
	5	4	3	2	1
Бег 100м. (сек)	15,7	16,0	17,0	17,9	18,7
Бег 300м. (сек)	57,0	1.03,0	1.08,0	1.13,0	1.20,0
Бег 1000м. (сек)	4.50	5.00	5.10	5.20	5.30
Бег 2000м. (мин, сек)	10.30	11.15	11.35	12.00	12.40
Метание гранаты (м)	23	21	17	14	11
Прыжки в длину с места (см)	190	180	170	160	150
Сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	14	12	10	8	6
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	20	15	10	8	5

Юноши

Нормативы	Оценка в очках				
	5	4	3	2	1
Бег 100м (сек)	30,0	32,0	34,0	38,0	42,0
Бег 300м (сек)	48,0	50,0	53,0	58,0	1.02,0
Бег 500м (сек)	1.28,0	1.34,0	1.40,0	1.45,0	1.50,0
Бег 2000м (мин, сек)	7.30	8.00	8.40	9.30	10.00

Бег 3000м (мин, сек)	12.30	13.30	14.00	14.40	15.30
Метание гранаты (м)	37	35	33	30	27
Прыжки в длину с места (см.)	250	240	230	223	215
В висе поднимание ног до касания перекладины (кол-во раз)	10	7	5	3	2
Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	15	12	9	7	5
Полоса препятствий	Техника выполнения				

Раздел 2. Баскетбол 1,2 семестр.

Нормативы для оценки технической подготовленности студентов

Критерии оценки:

№	Упражнения	Год обучения	Баллы									
			юноши					девушки				
			5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1.	Ведение баскетбольного мяча на месте и в движении	I	Техника выполнения					Техника выполнения				
2.	Передача баскетбольного мяча на месте и в движении	I II	Техника выполнения					Техника выполнения				
3.	Передача мяча, на скорость 30с.	I	18	17	16	15	14	17	16	15	14	13
		II	19	18	17	16	15	18	17	16	15	14
		III	20	19	18	17	16	19	18	17	16	15
4.	Бросок мяча после ведения 2 шага	I	Техника выполнения					Техника выполнения				
5.	Бросок мяча после ловли в движении из-под щита, кол-во попаданий из 5 бросков	II	4	3	2	1	-	4	3	2	1	-
		III	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
6.	Штрафной бросок (из 10 бросков кол-во попаданий)	I	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		II	6	5	4	3	2	6	5	4	3	2
		III	7	6	5	4	3	7	6	5	4	3
		III	8	7	6	5	4	8	7	6	5	4

Раздел 3. Настольный теннис 1, 2 семестр.

Критерии оценки:

Упражнения Виды нормативов	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
Накат слева и справа	Техника выполнения				
Поддачи мяча	Техника выполнения				

Раздел 4. Волейбол 1, 2 семестр.

№	Упражнения	Год обуче- ния	Баллы									
			юноши					девушки				
			5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1.	Передача мяча в парах (кол-во раз)	I	13	11	9	8	7	12	10	9	8	6
		II	15	13	11	9	8	13	11	9	8	7
2.	верхняя и нижняя передача мяча над собой (кол-во раз)	I	15	13	11	9	7	13	11	9	8	7
		II	18	15	13	10	8	14	12	10	9	8
3.	Нападающий удар (ю) Розыгрыш в три касания (д)	II III	Техника выполнения					Техника выполнения				
4.	Подача мяча (верх- няя/нижняя) кол-во попада- ний в площадку из 5 попы- ток	I	4	3	2			3	2	1		
		II	5	4	3			4	3	2		

Самостоятельная работа студентов.

Занятия в спортивных секциях. Составление и выполнение комплексов упражнений утренней гимнастики. Самостоятельные тренировочные занятия по видам спорта

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Нижекамский химико-технологический институт (филиал)
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Казанский национальный исследовательский технологический университет»

*Факультет подготовительный
Цикл Физического воспитания и спорта*

Направление подготовки: 18.02.07 Технология производства и переработки пластических
масс и эластомеров

Семестры 1,2

Студенты, освобожденные от практических занятий по дисциплине физическая культура на длительный период, выполняют письменную работу (реферат) по теме, согласованной с преподавателем по данной тематике. Реферат студент должен защитить, сделав краткий доклад и, ответив на контрольные вопросы преподавателя, используя выполненную им презентацию реферата. Курирующему преподавателю представляются результаты работ в форме: доклада, практических рекомендаций, научной статьи, презентации в электронном и бумажном вариантах. По результатам выступления имеется возможность участия в студенческих научно-практических конференциях по темам исследования.

Темы рефератов по дисциплине «Физическая культура»

Раздел 1. Легкая атлетика

1. История. Развития легкой атлетики.
2. Бег, как средство укрепления здоровья.
3. Развитие скоростно-силовых качеств на учебно-тренировочных занятиях.
4. Легкая атлетика. Основные виды легкой атлетики их характеристика.
5. Легкая атлетика как основа физического воспитания в вузе.
6. Гигиеническое обеспечение лёгкой атлетики
7. Развитие специальной и общей выносливости во время занятий легкой атлетикой.
8. Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками (ходьба, спортивная ходьба, прыжки, бег на различные дистанции, передвижение на лыжах различными способами, плавание различными способами).

Раздел 2. Баскетбол.

1. Основные виды спортивных игр.
2. Спортивная игра баскетбол. История возникновения и развития игры. Правила игры.
3. История баскетбола в России – СССР (первые команды и соревнования по волейболу в нашей стране, соревнования современности, достижения наших команд, спортсменов и тренеров).
4. Анализ выступления сборных команд нашей страны в современное время.
5. Развитие физических качеств на занятиях по баскетболу.

Раздел 3. Настольный теннис.

1. История развития настольного тенниса.
2. Развитие физических качеств у студентов в настольном теннисе.

Раздел 5. Волейбол.

1. История волейбола (общемировая – зарождение, игры древности, имеющие общие черты с современным волейболом, виды соревнований современности, лучшие команды и спортсмены).
2. История волейбола в России – СССР (первые команды и соревнования по волейболу в нашей стране, соревнования современности, достижения наших команд, спортсменов и тренеров).

3. Развитие физических качеств на занятиях волейболом.
4. Индивидуальные (возрастные, половые, состояние здоровья, физические возможности организма, мотивация и др.) особенности построения самостоятельных занятий волейболом.
5. Анализ выступления сборных команд по волейболу нашей страны в современное время.
6. Волейбол как средство организации досуга и поддержания здоровья.

Критерии оценки:

1. Оформление реферата и выступление с докладом 60-73 балла. Соответствие содержания теме; формулировка проблемы; определение рассматриваемых понятий четко и полно; самостоятельность выполнения работы.
2. Оформление реферата выступление с докладом и презентацией 74-86 баллов. Обоснованность отбора материала, его объём; грамотный анализ различных точек зрения; выводы, обобщающие собственную позицию; наглядность иллюстративного материала. Правильность цитирования; грамотность изложения (язык); структура (от титульного листа до списка источников).
3. Оформление реферата выступление с докладом, презентацией и с исследовательской работой 87-100 баллов. Обоснованность отбора материала, его объём; грамотный анализ различных точек зрения; выводы, обобщающие собственную позицию; наглядность иллюстративного материала. Логика, ясность изложения; грамотная аргументация; четкость и содержательность выводов; наглядность иллюстративного материала. Правильность цитирования; грамотность изложения (язык); структура (от титульного листа до списка источников).