

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

Н.И. Никифорова

2021 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине (модулю)

Б1.Б.11 Физическая культура и спорт

Направление подготовки 15.03.02 Технологические машины и оборудо-
вание

Профиль: «Оборудование нефтегазопереработки»


бакалавр
квалификация

очная, очно-заочная
форма обучения

Нижекамск, 2021 г.

Составитель ФОС:

Доцент
(должность)


(подпись)

О.Н. Макусев
(Ф.И.О.)

ФОС рассмотрен и одобрен на заседании цикла физического воспитания и спорта, протокол от 04. 03. 2021 г. № 7

Зав. циклом


(подпись)

О.Н. Макусев
(Ф.И.О.)

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания кафедры МАХП, реализующей подготовку основной образовательной программы от 10.03. 2021г. № 7

Зав. кафедрой



И.А. Сабанаев

Эксперт:

Ответственный за ООП, разработчик:

зав. кафедрой МАХП

(Ф.И.О., должность, организация, подпись)



И.А. Сабанаев

Перечень компетенций с указанием уровней их формирования
по направлению подготовки бакалавров 15.03.02 Технологические машины и оборудование
Профиль «Оборудование нефтегазопереработки»

Очная, очно-заочная форма обучения

Индекс Компетен- тен- ции	Содержание компетенции	Этапы формирования компетенции				Наименование оценочного средства
		Лекции	Практические занятия	Лабора- торные занятия	Курсо- вой про- ект (ра- бота)	
ОК 6	Способностью работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия.	Тема 1-4 Тема 3	Тема 1-4 Тема 3	Не преду- смотре- ны	Не пре- ду- смот- рены	Очное. Посещаемость, устный опрос, самостоятельная работа. Очно-заочное. Посещаемость, устный опрос, самостоятельная работа.
ОК-7	Способность к самоорганизации	Тема 1-4 Тема 3	Тема 1-4 Тема 3	Не преду- смотре- ны	Не пре- ду- смот- рены	Очное. Посещаемость, устный опрос, самостоятельная работа. Очно-заочное. Посещаемость, устный опрос, самостоятельная работа
ОК-8	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Тема 1-4 Тема 3	Тема 1-4 Тема 3	Не преду- смотре- ны	Не пре- дус- мотре- ны	Очное. Посещаемость, устный опрос, самостоятельная работа. Очно-заочное. Посещаемость, устный опрос, самостоятельная работа
ОК-9	Способностью пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий	Тема 1-4 Тема 3	Тема 1-4 Тема 3	Не преду- смотре- ны	Не пре- дус- мотре- ны	Очное. Посещаемость, устный опрос, самостоятельная работа. Очно-заочное. Посещаемость, устный опрос, самостоятельная работа

Перечень оценочных средств по дисциплине (модулю)
Очная форма обучения

1 семестр

Оценочные средства	Кол-во	Min, баллов (базовый уровень)	Max, баллов (повышенный уровень)
Посещаемость	9	30	50
Устный опрос	1	25	40
Самостоятельная работа	1	5	10
Итого:		60	100

Очно-заочная форма обучения

2 семестр

Оценочные средства	Кол-во	Min, баллов (базовый уровень)	Max, баллов (повышенный уровень)
Посещаемость	3	15	30
Устный опрос	1	35	50
Самостоятельная работа	1	10	20
Итого:		60	100

Показатели и критерии оценивания компетенций с описанием шкал оценивания
по направлению подготовки бакалавров 15.03.02 Технологические машины и оборудование
Профиль «Оборудование нефтегазопереработки»

Индекс компетенции	Содержание компетенции	Уровни освоения компетенции		
		Пороговый	Продвинутый	Превосходный
ОК-6	Способностью работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия;	<p>Знать: структуру общества как сложной системы.</p> <p>Уметь: корректно применять знания об обществе как системы в различных формах социальной практики.</p> <p>Владеть: навыками рассмотрения взаимосвязи различных структурных элементов социума.</p>	<p>Знать: особенности влияния социальной среды на формирование личности и мировоззрения человека.</p> <p>Уметь: выделять, формулировать и логично аргументировать собственную мировоззренческую позицию в процессе межличностной коммуникации с учетом ее специфики.</p> <p>Владеть: навыками формулировки собственной мировоззренческой позиции в процессе межличностной коммуникации.</p>	<p>Знать: основные социально-этнические, конфессиональные концепции и соответствующую проблематику.</p> <p>Уметь: самостоятельно анализировать различные социальные проблемы с использованием терминологии и научного подхода.</p> <p>Владеть: навыками обсуждения социальных, этнических и общекультурных проблем с использованием научных принципов социального познания.</p>
ОК-7	Способностью к самоорганизации и самообразованию	<p>Знать: понятие и методы саморазвития, самообучения и самовоспитания личности.</p> <p>Уметь: самостоятельно ставить задачи в области самообразования.</p> <p>Владеть: методами самоанализа; методами организации собственного обучения.</p>	<p>Знать: компоненты образовательной деятельности (мотивационный, процессуальный, организационный, оценочный), типовые алгоритмы самообразования.</p> <p>Уметь: планировать и реализовывать собственную образовательную траекторию.</p> <p>Владеть: анализом и оценкой эффективности программы и результатов самообразования.</p>	<p>Знать: требования к компетентности специалиста и его развитию; требования к повышению квалификации и мастерства в профессиональной среде.</p> <p>Уметь: анализировать и выбирать формы и методы повышения квалификации и мастерства в зависимости от собственных потребностей и образовательной траектории.</p> <p>Владеть: способами управления своими знаниями для обеспечения своей конкурентоспособности.</p>

				сти.
ОК-8	Способностью использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	<p>Знать: цели, методы и средства укрепления здоровья путем физического воспитания.</p> <p>Уметь: использовать физическую культуру для поддержания здоровья и работоспособности человека.</p> <p>Владеть: навыками поддержания хорошей физической формы.</p>	<p>Знать: основные методы физического воспитания и укрепления здоровья.</p> <p>Уметь: регулярно следовать им в повседневной жизни, заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих.</p> <p>Владеть: навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности.</p>	<p>знать: роль и значение физической культуры в развитии общества и человека; роль и значение занятий физической культурой в укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни; особенности содержания и направленности различных систем физических упражнений на оздоровительную и развивающую эффективность.</p> <p>уметь: характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями; проводить самостоятельные и самостоятельные занятия физическими упражнениями с общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью; составлять индивидуальные комплексы физических упражнений различной направленности.</p> <p>владеть: комплексами упражнений, направленных на укрепление здоровья; приемами страховки во время занятий физическими упражнениями;</p>

				способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений.
ОК-9	Способностью пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.	<p>Знать: сущность различных антропогенных и техногенных чрезвычайных ситуаций, правила предупреждения возможных травм, других воздействий на здоровье человека при возможном их проявлении.</p> <p>Уметь: самостоятельно применять меры оказания первой доврачебной помощи лицам, пострадавшим от различных чрезвычайных ситуациях.</p> <p>Владеть: навыками самостоятельных действий по оказанию доврачебной помощи пострадавшим от чрезвычайных ситуаций.</p>	<p>Знать: особенности различных антропогенных и техногенных чрезвычайных ситуаций; меры оказания первой доврачебной помощи лицам, пострадавшим от различных чрезвычайных ситуациях.</p> <p>Уметь: применять правила предупреждения возможных травм, других воздействий на здоровье человека при возможном их проявлении; самостоятельно осуществлять доврачебную помощь пострадавшим от чрезвычайных ситуаций, проводить первичные инструктажи по этим вопросам.</p> <p>Владеть: приемами оказания доврачебной медицинской помощи при неотложных и экстремальных состояниях.</p>	<p>Знать: методы и приемы самопомощи, взаимопомощи и доврачебной помощи в ЧС природного, техногенного, социального и биолого-социального характера; вопросы десмургии; методы транспортировки пораженных и больных; знать основы ухода за больным.</p> <p>Уметь: использовать все виды аптечек для оказания самопомощи, взаимопомощи и доврачебной помощи; уметь пользоваться простейшими средствами индивидуальной защиты; пользоваться табельными средствами индивидуальной защиты; накладывать повязки на различные участки тела при ранениях и повреждениях; осуществлять различные виды транспортировки пораженных и больных.</p> <p>Владеть: приемами самопомощи: приемами оказания доврачебной помощи при травмах оказывать помощь в очаге химического заражения; приемами оказания помощи в очаге радиационного поражения; приемами оказания помощи в очаге бактериологического поражения; приемами оказания помощи при отравлениях; приемами исполь-</p>

				зования простейших и табельных индивидуальных средств защиты органов дыхания и кожи в ЧС; приемами оказания первой помощи при ушибах и вывихах; приемами первой помощи при отморожениях, обмороке, поражении электрическим током, при тепловом и солнечных ударах, приемами помощи утопающему.
--	--	--	--	--

Шкала оценивания

Цифровое выражение	Выражение в баллах:	Словесное выражение	Критерии оценки индикаторов достижения при форме контроля:
			зачет
5	87 - 100	(зачтено)	Оценка «зачтено» выставляется студенту, если ответы на вопросы по темам дисциплины последовательны, логически изложены, допускаются незначительные недочеты в ответе студента, такие как отсутствие самостоятельного вывода, речевые ошибки и пр.
4	74 - 86	(зачтено)	
3	60 - 73	(зачтено)	
2	Ниже 60	(не зачтено)	Оценка «не зачтено» выставляется студенту, если студент не знает основных понятий темы дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

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 механический

Цикл Физического воспитания и спорта

Направление подготовки: 15.03.02 Технологические машины и оборудование

Профиль: «Оборудование нефтегазопереработки»

Очная форма обучения

Учебным планом по направлению подготовки 15.03.02 Технологические машины и оборудование для обучающихся предусмотрено проведение практических занятий по дисциплине Физическая культура и спорт в 1 семестре.

Обучающимся предлагается формирование компетенций, связанных с использованием представлений о физической культуре личности, методов физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья и для последующего применения полученных знаний и умений в интересах обеспечения активной конкурентоспособной профессиональной деятельности.

Перечень вопросов для устного опроса

Семестр 1

Тема 1. «Социально-биологические основы физической культуры».

1. Понятие о социально-биологических основах физической культуры
2. Общее представление о строении человека.
3. Строение и функции опорно-двигательного аппарата.
4. Нервная и гуморальная регуляция физиологического процесса в организме. Понятие о рефлексной дуге.
5. Физиологическая характеристика утомления и восстановления. Физическая и умственная деятельность.
6. Внешняя среда. Природные, биологические и социальные факторы. Экологические проблемы современности.
7. Физиологическая квалификация физических упражнений.
8. Показатели тренированности: в покое, при выполнении стандартной нагрузки, при предельно-напряженной работе.
9. Обмен энергии. Состав пищи и суточный расход энергии.
10. Понятие о основном и рабочем обмене.
11. Обмен веществ под воздействием направленной физической тренировки.
12. Кровь. Ее состав и функции.
13. Система кровообращения. Ее основные составляющие.
14. Сердце как главный орган кровеносной системы.
15. Представление о сердечно-сосудистой системе. Характеристика измерения пульса и кровяного давления при мышечной деятельности.
16. Показатели дыхательной системы.
17. Кислородный запрос, максимальное его потребление и кислородный долг. Внутреннее и внешнее дыхание.

Тема 2. «Основы здорового образа жизни»

1. Что такое здоровье.
2. Факторы, определяющие здоровый образ жизни.
3. В чем заключается режим труда и отдыха?
4. Роль режима сна в поддержании продуктивности умственного труда и психоэмоционального состояния человека.
5. Активная мышечная деятельность.
6. Назовите методы закаливания организма.
7. Гигиенические основы здорового образа жизни
8. Профилактика вредных привычек.
9. Рациональное питание.
10. Принципы и виды закаливания.

Тема 3. «Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями».

1. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий.
2. Формы и содержание самостоятельных занятий.
3. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.
4. Характер содержания занятий в зависимости от возраста.
5. Особенности самостоятельных занятий для женщин, планирование и управление самостоятельными занятиями.
6. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста.
7. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности.
8. Гигиена самостоятельных занятий.
9. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий

Тема 4. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями

1. Что является целью самоконтроля?
2. Укажите субъективные данные самоконтроля?
3. Укажите объективные данные самоконтроля?
4. Какова задержка дыхания на вдохе (проба Штанге) у здоровых взрослых людей?
5. Какова задержка дыхания на выдохе (проба Генчи) тренированных людей?
6. Какую величину пульса не следует превышать при занятиях физическими упражнениями в возрасте 18 лет?
7. Педагогический контроль, его содержание и виды.
8. Кто чаще проходит повторное врачебное обследование, студенты основной или специальной медицинской группы?
9. Какие факторы обуславливают проведение дополнительного врачебного контроля студентов?
10. Что входит соматоскопические показатели?
11. Каковы основные причины появления сколиоза?
12. Основы правильной осанки, виды осанки?
13. Чем вызвана отвислая форма живота?
14. Характеристика основных типов телосложения

Критерии оценки устных ответов

36-40 баллов ставится, если студент: полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой; изложил материал грамотным языком; отвечал самостоятельно, без наводящих вопросов преподавателя; возможны одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов, которые студент легко исправил после замечания преподавателя, от 86 до 100 % учебного материала.

31-35 баллов ставится, если удовлетворяет в основном требованиям на 5 баллов, но при этом имеет некоторые из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленные после замечания преподавателя, от 74 до 83 % учебного материала.

26-30 баллов ставится в следующих случаях: неполно раскрыто содержание материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении терминологии дисциплины; от 60 до 73 % учебного материала.

25 баллов ставится в следующих случаях: не раскрыто основное содержание учебного материала; обнаружено незнание обучающимся большей или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии дисциплины, менее 60 % учебного материала.

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 механический
Цикл Физического воспитания и спорта
Направление подготовки: 15.03.02 Технологические машины и оборудование
Профиль: «Оборудование нефтегазопереработки»

Семестр 1

Перечень вопросов для самостоятельного изучения по темам:

Тема 1 Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие.

1. Какова типичная динамика умственной работоспособности студентов в течение учебной недели?
2. Соответствует ли изменение физической работоспособности студентов в течение учебной недели динамике их умственной работоспособности?
3. В какие периоды в течение учебного года у студентов происходит максимальное снижение умственной и физической работоспособности?
4. Можно ли эффективно решать проблемы оздоровления и повышения работоспособности студентов в период их обучения в вузе только в рамках учебных занятий по физическому воспитанию?
5. Какие "малые формы" занятий физическими упражнениями существуют в режиме учебного труда студентов?

Тема 2 Значение двигательной активности для здоровья.

1. Перечислить средства формирования физической культуры личности.
2. Назовите принципы занятий физическими упражнениями?
3. Методы формирования физической культуры личности.
4. Основы обучения двигательным действиям.
5. Общая характеристика физических способностей.

Тема 3 «Самостоятельное занятие циклическими видами спорта (на примере одного вида спорта)».

1. Силовые способности и методика их развития.
2. Скоростные способности и методика ее развития.
3. Выносливость и методика ее развития.
4. Координационные способности и методика их развития.
5. Гибкость и методика ее развития.

Тема 4 «Диагностика и самодиагностика занимающихся физическими упражнениями и спортом».

1. Какова периодичность врачебного контроля для спортсменов?
2. Укажите основное предназначение врачебного обследования.
3. Чем определяется физическое развитие человека?
4. Какой тип осанки считается нормальным?
5. Какие характеристики лежат в основе антропометрических стандартов?

Критерии оценки устных ответов обучающихся

-10 баллов ставится, если студент: полно раскрыл содержание материала в объеме, преду-

смотренном программой; изложил материал грамотным языком; отвечал самостоятельно, без наводящих вопросов преподавателя; возможны одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов, которые студент легко исправил после замечания преподавателя, от 86 до 100 % учебного материала.

7-8 баллов ставится, если удовлетворяет в основном требованиям на 5 баллов, но при этом имеет некоторые из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленные после замечания преподавателя, от 74 до 83 % учебного материала.

5-6 баллов ставится в следующих случаях: неполно раскрыто содержание материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении терминологии дисциплины; от 60 до 73 % учебного материала

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 механический
Цикл Физического воспитания и спорта
Направление подготовки: 15.03.02 Технологические машины и оборудование
Профиль: «Оборудование нефтегазопереработки»

Очно-заочная форма обучения

Учебным планом по направлению подготовки 15.03.02 Технологические машины и оборудование для обучающихся предусмотрено проведение практических занятий по дисциплине Физическая культура и спорт в 2 семестре.

Перечень вопросов для устного опроса.

Семестр 2

Тема .3 «*Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями*».

1. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий.
2. Формы и содержание самостоятельных занятий.
3. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.
4. Характер содержания занятий в зависимости от возраста.
5. Особенности самостоятельных занятий для женщин, планирование и управление самостоятельными занятиями.
6. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста.
7. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности.
9. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.

Критерии оценки устных ответов обучающихся

46-50 баллов ставится, если студент: полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой; изложил материал грамотным языком; продемонстрировал знание теории ранее изученных сопутствующих тем, используемых при ответе умений и навыков; отвечал самостоятельно, без наводящих вопросов преподавателя; возможны одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов или в выкладках, которые обучающийся легко исправил после замечания преподавателя, от 86 до 100 % учебного материала.

41-45 баллов ставится, если удовлетворяет в основном требованиям на 5 баллов, но при этом имеет некоторые из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленные после замечания преподавателя, от 74 до 83 % учебного материала.

35-40 баллов ставится в следующих случаях: неполно раскрыто содержание материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении терминологии дисциплины; при достаточном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность основных умений и навыков, от 60 до 73 % учебного материала.

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 механический

Цикл Физического воспитания и спорта

Направление подготовки: 15.03.02 Технологические машины и оборудование

Профиль: «Оборудование нефтегазопереработки»

Семестр 2

Перечень вопросов для самостоятельного изучения по темам.

Тема 3. *Самостоятельное занятие циклическими видами спорта (на примере одного вида спорта).*

1. Суть циклических видов спорта.
2. Какие виды спорта называются скоростными?
3. В каком возрасте можно заниматься циклическими видами спорта?
4. Можно ли эффективно решать проблемы оздоровления и повышения работоспособности студентов циклическими видами спорта?
5. Какие качества развивают циклические виды спорта у студентов?

Критерии оценки ответов обучающихся

17-20 баллов ставится, если студент: полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой; изложил материал грамотным языком; продемонстрировал знание теории ранее изученных сопутствующих тем, используемых при ответе умений и навыков; отвечал самостоятельно, без наводящих вопросов преподавателя; возможны одна – две неточности

при освещении второстепенных вопросов или в выкладках, которые обучающийся легко исправил после замечания преподавателя, от 86 до 100 % учебного материала.

13-16 баллов ставится, если удовлетворяет в основном требованиям на 5 баллов, но при этом имеет некоторые из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленные после замечания преподавателя, от 74 до 83 % учебного материала.

10-12 баллов ставится в следующих случаях: неполно раскрыто содержание материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении терминологии дисциплины; при достаточном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность основных умений и навыков, от 60 до 73 % учебного материала.