

**МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»**

**УТВЕРЖДЕНО:**  
**Председатель УМС**  
**Факультета искусств**  
**Гуров М.Б.**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**  
**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

<b>Направление подготовки:</b>	<b>53.03.04 «Искусство народного пения»</b>
<b>Профиль подготовки:</b>	<b>«Хоровое народное пение»</b>
<b>Квалификация выпускника:</b>	<b>Хормейстер. Руководитель творческого коллектива.</b>
<b>Форма обучения:</b>	<b>Очная</b>

<b>УК-7</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>УК-7.1</b> - Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и здоровой нормы образа жизни и роль физической культуры в достижении профессиональных успехов профессиональной деятельности, соблюдает нормы здорового образа жизни <b>УК-7.2</b> - Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности <b>УК-7.3</b> - Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности	<b>Знать:</b> методы сохранения и укрепления физического здоровья и уметь использовать их для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; социально-гуманитарную ценностную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; роль физической культуры и принципы здорового образа жизни в развитии человека и его готовности к профессиональной деятельности; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.
		<b>Уметь:</b> организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; выполнять простейшие приемысамо массажа и релаксации; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и само страховки.
		<b>Владеть:</b> опытом спортивной деятельности, физическим самосовершенствованием и самовоспитанием; способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни; методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма. методикой повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях

1. **Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения дисциплины**  
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
2. **Планируемые результаты обучения (знает, умеет, владеет (имеет навык)) по дисциплине:**

### 3.Описание средств, показателей, критериев и шкал оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенции

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Семестр	Код контролируемых компетенций	Наименование оценочного средства
	Методико-практические и теоретические занятия		УК-7	опрос
	Блок лёгкая атлетика		УК-7	сдача нормативов
	Блок спортивные игры		УК-7	участие (общая подготовка)
	Блок общей физической подготовки		УК-7	комплекс упражнений
	Контроль физической подготовленности		УК-7	сдача нормативов, зачет

#### 6.1 Текущий контроль и промежуточная аттестация по дисциплине.

Контрольные занятия, зачеты обеспечивают оперативную, текущую и итоговую дифференцированную информацию о степени освоения теоретических и методических знаний-умений, о состоянии и динамике физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности каждого студента.

В качестве критериев результативности учебно-тренировочных занятий выступают требования и показатели, основанные на использовании двигательной активности не ниже определенного минимума - регулярности посещения обязательных занятий; обязательных и дополнительных тестов по профессионально-прикладной физической подготовке.

Оперативный контроль обеспечивает информацию о ходе выполнения студентами конкретного раздела, вида учебной работы. Текущий - позволяет оценить степень освоения раздела, темы, вида учебной работы. Промежуточная аттестация (зачеты) дает возможность выявить уровень сформированности физической культуры студента и самоопределения в ней через комплексную проверку знаний, методических и практических умений, характеристику общей физической, спортивно-технической подготовленности студента, его психофизической готовности к профессиональной деятельности.

#### 6.2. Вид промежуточной аттестации

- зачет

Условием допуска является выполнение обязательных тестов (нормативов) по общефизической и профессионально-прикладной физической подготовке, предусмотренных в течение обучения.

Критерием успешности освоения учебного материала студентом является экспертная оценка преподавателя регулярности посещения обязательных учебных занятий и результатов соответствующих тестов (сдаваемых нормативов)

#### *Критерии оценивания результатов обучения*

Оценка «зачтено» ставится, если студент, завершивший обучение по дисциплине «Физическая культура и спорт», обнаружил знания, общую и специальную физическую подготовленность, соответствующие требованиям программы, прежде всего полностью сформированную компетенцию ОК-7(знать основы физической культуры и здорового образа жизни; основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями; особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности; уметь использовать физкультурно-спортивную

деятельность для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей; *владеть* системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств - с выполнением, установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке). Студенты, временно освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья, оцениваются по посещаемости занятий с участием в организации судейства, результатам устного опроса.

Сформированность каждой компетенции в рамках освоения данной дисциплины оценивается по трехуровневой шкале: - пороговый уровень является обязательным для всех обучающихся по завершении освоения дисциплины;

- продвинутый уровень характеризуется превышением минимальных характеристик сформированности компетенции по завершении освоения дисциплины;

- эталонный уровень характеризуется максимально возможной выраженностью компетенции и является важным качественным ориентиром для самосовершенствования.

При достаточном качестве освоения более 80% приведенных знаний, умений и навыков преподаватель оценивает освоение данной компетенции в рамках настоящей дисциплины на эталонном уровне, при освоении более 60% приведенных знаний, умений и навыков – на продвинутом, при освоении более 40% приведенных знаний, умений и навыков - на пороговом уровне. В противном случае компетенция в рамках настоящей дисциплины считается неосвоенной.

Уровень сформированности каждой компетенции на различных этапах ее формирования в процессе освоения данной дисциплины оценивается в ходе текущего контроля успеваемости.

Оценка «не зачтено» ставится, если студент не посещал занятия (посетил менее 2/3 занятий) по неуважительной причине, не сдавал необходимые нормативы и не демонстрировал практические умения и навыки в соответствующих разделах дисциплины, т.е. освоил знания, умения и навыки менее порогового уровня 40%.

**Описание шкалы оценивания:** «зачтено», «не зачтено»