

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: ЧУМАЧЕНКО ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА
Должность: РЕКТОР
Дата подписания: 08.07.2022 09:46:16
Уникальный программный ключ:
9c9f7aaffa4840d284abe156657b8f85432bdb16



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ»)

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ**

основная профессиональная образовательная программа
среднего профессионального образования
профиль профессионального образования: гуманитарный
Наименование специальности:
49.02.01 Физическая культура

Разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура и программы учебной дисциплины ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ

Разработчики:

Организация-разработчик: Колледж ФГБОУ ВО ЮУрГГПУ

Разработчик: Мостовщиков Дмитрий Юрьевич, колледж ЮУрГГПУ, преподаватель

Лист согласования

Разработчик:

преподаватель
(занимаемая должность)


(подпись)

Местовицков А.Н.
(инициалы, фамилия)

Программа утверждена на заседании
учебно-методического совета

« 03 » сентября 2020

Протокол № 1

Одобрено представителем работодателя
Директором МБУ «СШОР №3»
Копейского городского округа

директор
(занимаемая должность)



Розов Б.А.

(инициалы, фамилия)

Руководитель ОПОП

(занимаемая должность)


(подпись)

Семина М.Ю.

(инициалы, фамилия)

Директор колледжа


(подпись)



Буслаева М.Ю.

(инициалы, фамилия)

СОДЕРЖАНИЕ

- | | |
|--|---|
| 1. Паспорт фонда оценочных средств | 4 |
| 2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке | 5 |
| 3. Перечень вопросов и заданий для контроля по дисциплине ... | 7 |

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины Основы биомеханики обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура уровень подготовки среднее общее образование следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен уметь: применять знания по основам биомеханики и спортивной в профессиональной деятельности, проводить биомеханический анализ двигательных действий.

Обучающийся должен знать: основы кинематики и динамики движений человека, биомеханические характеристики двигательного аппарата человека, биомеханику физических качеств человека, половозрастные особенности моторики человека, биомеханические основы физических упражнений.

Формируемые ОК:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес

ОК 2 Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество

ОК 3 Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях

ОК 4 Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития

ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности

ОК 6 Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами

ОК 7 Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий

ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации

ОК 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий

ОК 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся

Формируемые ПК:

ПК 1.1 Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия

ПК 1.2 Проводить учебно-тренировочные занятия

ПК 1.3 Руководить соревновательной деятельностью спортсменов

ПК 1.4 Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях

ПК 1.5 Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью

ПК 1.6 Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию

ПК 1.7 Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь

ПК 1.8 Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов

ПК 2.1 Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения

ПК 2.2 Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности

ПК 2.3 Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия

ПК 2.4 Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий

ПК 2.5 Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом

ПК 2.6 Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом

ПК 3.1 Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Таблица 1

№	Критерии	Уровень оценивания знаний и умений			
		Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
1	Владение понятийным аппаратом.	Свободно владеет понятийным аппаратом, умеет его использовать при анализе и общении.	Владеет понятийным аппаратом, но при использовании его допускает неточности.	В основном знает содержание терминов и понятий, но допускает ошибки в их использовании.	Не владеет основными понятиями терминами по предмету.

2	Профессиональные знания.	Обладает глубокими, прочными и всесторонними знаниями, имеет целостное представление об их системе; гибкость мышления позволяет решать сложные задачи теоретического характера в профессиональной области.	Обладает твердыми системными знаниями; способен к решению теоретических задач профессионального характера	Обладает профессиональными знаниями для решения задач профессионального характера	Знания поверхностные, несистемные, профессиональные задачи самостоятельно решать затрудняется.
3	Профессиональные умения.	Высоко развиты и обеспечивают выполнение практических задач профессионального характера на высоком уровне.	Развиты и обеспечивают требуемый уровень компетенции в решении задач профессионального характера.	Развиты удовлетворительно обеспечивают выполнение профессиональных задач на достаточном уровне при посторонней помощи.	Развиты слабо. При реализации навыков и умений в практической деятельности требуется постоянный
4	Связь теории с практикой.	Иллюстрирует теоретические положения примерами из системы ФКиС.	Приводит примеры из учебной литературы.	Испытывает затруднения в приведении примеров.	Не может привести примеры.

3. Перечень вопросов и заданий для контроля знаний по дисциплине
Кодификатор оценочных средств

Тип оценочного средства	Функциональная принадлежность оценочного средства	Код оценочного средства
Расчетно-графическое задание	Практическое занятие	1
Решение задач	Практическое занятие	2
Практическое задание	Практическое занятие	3
Поисковые задания (подготовка доклада, сообщения, работа с учебником, материалами периодической печати)	Домашнее задание	4
	Практическое занятие	5
Аналитические задания	Практическое занятие	8
Реферативное задание	Выполнение реферата	9
Тест	Тестирование	10
Разноуровневые задания	Контрольная работа	11
Зачетное задание	Дифференцированный зачет	т

КОМПЛЕКТ ТЕСТОВ

Учебная дисциплина Основы биомеханики

КОНТРОЛИРУЕМЫЕ ПАРАМЕТРЫ

Темы	Номера тестовых заданий
Тема 1.4. Кинематические и динамические характеристики движений	1
Тема 2.1. Биомеханика ходьбы и бега.	2
Тема 2.3. Биомеханика прыжков.	3, 4

Критерии оценки:

Количество правильных ответов	Процент выполнения	Оценка
8-9	более 90%	Отлично
6-7	80-90%	Хорошо
5	60-79%	Удовлетворительно
Менее 5	менее 60%	Неудовлетворительно

ФОРМЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

Формы тестовых заданий	Примеры тестовых заданий	Примеры ответов
1. Тестовое задание закрытой формы с выбором одного или нескольких вариантов ответа Состоит из неполного тестового утверждения с одним ключевым элементом и множеством допустимых заключений, <u>одно</u> или <u>несколько</u> из которых являются правильными. Число заключений может быть разным, но <u>не менее 4</u> (4-6)	Кривые равных скоростей в биомеханике называются: А) изотерма Б) изобара В) изоспира	В

<p>2. Тестовое задание открытой формы Требует <u>сформулированного самим тестируемым заключения</u>. Такое задание имеет вид неполного утверждения, в котором отсутствует один или несколько ключевых элементов, в качестве которых могут быть: число, слово или словосочетание. На месте ключевого элемента в тексте задания ставится многоточие или знак подчеркивания.</p>	<p>Продолжите предложение: По мере увеличения скорости передвижения при ходьбе ...</p>	<p>сокращается период двойной опоры вплоть до почти полного его исчезновения при спортивной ходьбе</p>
<p>3. Тестовое задание на установление правильной последовательности Состоит из однородных элементов некоторой группы и <u>четкой формулировки критерия упорядочения</u> этих элементов.</p>	<p>Установите последовательность</p> <p>А Амортизация Б Отталкивание В Полет Г Деформация</p>	<p>Б,В,А</p>
<p>4. Тестовое задание на установление соотвествия Состоит из двух групп элементов и <u>четкой формулировки критерия выбора</u> <u>соответствия</u> между ними. Соответствие устанавливается по принципу 1:1 (одному элементу первой группы соответствует только один элемент второй группы). Внутри каждой группы элементы должны быть однородными. Количество элементов во второй группе должно превышать количество элементов первой группы, но не более чем в 1,5 раза. Количество элементов в первой группе должно быть не менее двух. Максимально допустимое количество элементов в группе – не более 10.</p>	<p>Установите соответствие</p> <p>А. стопорящая постановка ноги вызывает Б. при отрицательном ускорении регистрируются 1. потери горизонтальной скорости 2. увеличение кинетической энергии 3. силы инерции</p>	<p>А-1 Б-3</p>

КОМПЛЕКТ ЗАДАНИЙ ДЛЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

по учебной дисциплине Основы биомеханики

Цель: Выявить знания и умения по теме плавание.

Форма контроля: диагностическая контрольная работа

Время выполнения 35 минут

1. В чем принципиальные отличия способов плавания кролем и брассом?
2. От чего зависит сила сопротивления воды при плавании?
3. Как изменяется сила сопротивления воды при плавании в зависимости скорости пловца?
4. Какое влияние на скорость плавания оказывают силы инерции ускоряемых и тормозимых звеньев тела?
5. Какие мышцы наиболее активны при плавании кролем и брассом?
6. Как измерить экономичность плавания? Почему ее величина отличается от экономичности других локомоций человека?
7. Как энергетическая стоимость движений пловца зависит от техники и тактики плавания?
8. Как, не снижая скорости, сократить затраты энергии при плавании?
9. В чем состоит явление вихреобразования? Как оно влияет на скорость плавания?

Практическая работа № 1. Определите расположение общего центра тяжести графическим способом пользуясь приведенным ниже алгоритмом и табл. 2.

Определение расположения общего центра тяжести (ОЦТ) тела при сложении сил тяжести:

1. Измерить длину каждого звена и умножить ее на соответствующее значение радиуса центра тяжести.
2. Учитывая основные анатомические точки и полученные данные определить центры тяжести отдельных сегментов тела.
3. Для определения равнодействующих сил (двух параллельных) соединяют прямой линией точки их приложения. При сложении сил тяжести двух этих звеньев линия соединяет их центры тяжести.
4. На этой линии располагается точка приложения суммы двух сил, т.е. общий центр тяжести конкретных двух звеньев.
5. Для нахождения равнодействующих всех сил тяжести сначала удобно найти центр тяжести плеча и предплечья, далее всей руки.
6. Далее найти ОЦТ всей руки.
7. Найти ОЦТ ноги.
8. Найти ОЦТ всего тела.

Критерии оценки практического задания.

Оценка «5»

- глубокое и прочное усвоение программного материала
- полные, последовательные, грамотные и логически излагаемые ответы при видоизменении задания,
- свободно справляющиеся с поставленными задачами, знаниями материала,
- правильно обоснованные принятые решения,

- владение разносторонними навыками и приемами выполнения практических работ.

Оценка «4»

- знание программного материала
- грамотное изложение, без существенных неточностей в ответе на вопрос,
- правильно е применение теоретических знаний
- владение необходимыми навыками при выполнении практических задач

Оценка «3»

- усвоение основного материала
- при ответе допускаются неточности
- при ответе недостаточно правильные формулировки
- нарушение последовательности в изложении программного материала
- затруднения в выполнении практических заданий

Оценка «2»

- не знание программного материала,
- при ответе возникают ошибки
- затруднения при выполнении практических работ.