МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ГЕОДЕЗИИ И КАРТОГРАФИИ
(МИИГАиК)

Заочный факультет
Кафедра физического воспитания

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 5387FD2AF5B17FED816FDE9A1D4973B1
Владелец: Степанченко Алексей Леонидович
Действителен: с 21.07.2025 по 14.10.2026

«УТВЕРЖДАЮ»
Проректор
А. Л. Степанченко
16 февраля 2024 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) «Б1.О.05 ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ. АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Уровень высшего образования: специалитет

Специальность: 21.05.01 Прикладная геодезия

Направленность(профиль) подготовки: Инженерно-геодезическое обеспечение строительства и эксплуатации объектов нефтегазового и энергетического комплексов

Квалификация (степень) выпускника: специалист

Форма обучения: заочная

Год набора (приема на обучение): 2024

Срок получения образования: 5 лет 8 месяца(-ев)

Объем: 328 ак.ч.

Москва, 2024

Разработчики:
Старший преподаватель кафедры Физического воспитания
Нефёдова К. И.

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) составлен в соответствии с требованиями ФГОС ВО по специальности 21.05.01 Прикладная геодезия, утвержденного приказом Минобрнауки от 11.08.2020 № 944

Согласование и утверждение

№	Подразделение	Ответственное лицо	ФИО	Виза	Дата, протокол (при наличии)
1	Заочный факультет	Председатель Учебно-методической комиссии	Литвиненко М. В.	Рассмотрено	15.02.2024, № 1

1. Планируемые результаты обучения, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели

УК-3.1 Вырабатывает стратегию сотрудничества и на ее основе организует отбор членов команды для достижения поставленной цели

Знать:

УК-3.1/Зн1 нормативные и методические документы, регламентирующие работы по метрологическому обеспечению в организации

УК-3.1/Зн2 Принципы стратегического планирования и управления проектами

УК-3.1/Зн5 Принципы социального взаимодействия и командной работы в землеустройстве и кадастрах недвижимости

Уметь:

УК-3.1/Ум1 производить рекогносцировку, изготовление и закладку пунктов специальных планово-высотных сетей

УК-3.1/Ум2 Формулировать общую цель и декомпозировать ее на задачи

УК-3.1/Ум5 Определить свою роль в команде и стратегию сотрудничества

Владеть:

УК-3.1/Нв1 навыками выполнения спутниковых наблюдений, высокоточного геометрического нивелирования, линейно-угловых измерений

УК-3.1/Нв2 Техниками формирования команды (тимбилдинга) и управления групповыми процессами

УК-3.1/Нв4 Навыком эффективного исполнения роли члена команды для достижения общей цели

УК-3.2 Планирует и корректирует работу команды с учетом интересов, особенностей поведения и мнений ее членов

Знать:

УК-3.2/Зн1 области применения методов измерений

УК-3.2/Зн2 Методы разрешения конфликтов и принятия групповых решений

УК-3.2/Зн4 Психологические и поведенческие особенности участников команды в процессе землеустроительных работ и ведения кадастров недвижимости

Уметь:

УК-3.2/Ум1 производить полевые технологические поверки аппаратуры спутниковой геодезической, угломерных инструментов, нивелиров и приборов для линейных измерений

УК-3.2/Ум2 Гибко менять план работы при изменении условий или возникновении разногласий

УК-3.2/Ум3 Выстраивать эффективное взаимодействие с членами команды, учитывая индивидуальные характеристики каждого

Владеть:

УК-3.2/Нв1 навыками полевого и камерального контроля измерений

УК-3.2/Нв2 Навыками активного слушания и конструктивной обратной связи

УК-3.2/Нв3 Навыком адаптации своего поведения в команде с целью повышения продуктивности совместной работы

УК-3.3 Разрешает конфликты и противоречия при деловом общении на основе учета интересов всех сторон

Знать:

УК-3.3/Зн1 нормативно-технические и руководящие документы в области проектирования и производства геодезических измерений

УК-3.3/Зн2 Теории, стадии и типы конфликтов

УК-3.3/Зн3 Закономерности влияния индивидуальных действий на результативность проектной деятельности в землеустройстве и кадастрах недвижимости

Уметь:

УК-3.3/Ум1 выполнять спутниковые наблюдения, высокоточное нивелирование, угловые и линейные измерения, специальные высокоточные инженерно-геодезические измерения

УК-3.3/Ум2 Организовывать конструктивный диалог между сторонами

УК-3.3/Ум3 Предвидеть возможные последствия своих поступков и планировать шаги для достижения необходимого результата

Владеть:

УК-3.3/Нв1 навыками уравнивания результатов спутниковых наблюдений, линейно-угловых измерений, высокоточного геометрического нивелирования

УК-3.3/Нв2 Алгоритмами проведения переговоров и посредничества

УК-3.3/Нв3 Навыком осознанного регулирования личного вклада в работу коллектива для успешного завершения проектов

УК-3.4 Организует обсуждение разных идей и мнений. Организует дискуссии по заданной теме и обсуждение результатов работы команды с привлечением оппонентов разработанным идеям

Знать:

УК-3.4/Зн1 особенности закладки пунктов государственных планово-высотных геодезических сетей и сетей специального назначения спутниковыми и наземными методами, методов и способов построения этих сетей

УК-3.4/Зн2 Методы анализа идей, оценки предложений и принятия коллективных решений

УК-3.4/Зн5 Эффективные формы обмена информацией и опытом внутри команды в землеустройстве и кадастрах недвижимости

Уметь:

УК-3.4/Ум1 уравнивать результаты спутниковых наблюдений, высокоточного нивелирования, угловых и линейных измерений, специальных высокоточных инженерно-геодезических измерений

УК-3.4/Ум2 Стимулировать участников к высказыванию разных точек зрения, включая критику

УК-3.4/Ум4 Конструктивно обсуждать и оценивать идеи коллег для совместного достижения цели

Владеть:

УК-3.4/Нв1 навыками контроля полученных результатов уравнивания

УК-3.4/Нв2 Навыками управления аудиторией, тайм-менеджмента в ходе дискуссии

УК-3.4/Нв4 Навыком активного участия в коммуникациях, направленном на повышение результативности групповых усилий

УК-3.5 Планирует командную работу, распределяет поручения и делегирует полномочия членам команды

Знать:

УК-3.5/Зн1 принципы действия и устройства аппаратуры спутниковой геодезической, приборов и инструментов для угловых и линейных измерений, нивелирования, специальных приборов

УК-3.5/Зн2 Основы управления проектами и командой в условиях ЧС

УК-3.5/Зн4 Нормы и правила, регламентирующие командную работу в землеустройстве и кадастрах недвижимости

Уметь:

УК-3.5/Ум1 оценивать влияние внешних факторов на производство спутниковых наблюдений, точность геодезических измерений

УК-3.5/Ум2 Определять объем работ, сроки и ресурсы для выполнения задач в области БЖД

УК-3.5/Ум5 Соблюдать установленные регламенты и поддерживать высокий уровень личной ответственности

Владеть:

УК-3.5/Нв1 навыками составления технических отчетов

УК-3.5/Нв2 Техниками оперативного контроля и обратной связи

УК-3.5/Нв4 Навыком сознательного соблюдения обязательств перед командой ради общего успеха

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма

Знать:

УК-7.1/Зн4 Основы здорового образа жизни и рекомендации по поддержанию физического здоровья для специалистов

Уметь:

УК-7.1/Ум4 Составлять индивидуальный график занятий спортом и отдыха с учетом физических нагрузок и режима труда

Владеть:

УК-7.1/Нв4 Навыком использования оздоровительных технологий для профилактики заболеваний и сохранения работоспособности

УК-7.2 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

Знать:

УК-7.2/Зн3 Принципы разумного чередования интеллектуальных и физических нагрузок в работе специалиста

Уметь:

УК-7.2/Ум3 Планировать рабочий график таким образом, чтобы избегать переутомления и сохранять высокую работоспособность

Владеть:

УК-7.2/Нв3 Навыком эффективного совмещения трудовой активности и мероприятий, направленных на поддержание физического состояния

УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

Знать:

УК-7.3/Зн4 Основы здорового образа жизни и профилактические меры, актуальные для специалистов

Уметь:

УК-7.3/Ум4 Демонстрировать личный пример приверженности принципам здорового образа жизни

Владеть:
УК-7.3/Нв4 Навыком информирования окружающих о важности здорового образа жизни и мотивирования коллег следовать здоровым привычкам

2. Показатели и критерии оценивания компетенций

Планируемые результаты освоения программы	Уровень овладения	Критерии оценивания (перечень сформированных ИДК/ЗУВ по уровням освоения)
УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	Повышенный	ИДК УК-3.1 Вырабатывает стратегию сотрудничества и на ее основе организует отбор членов команды для достижения поставленной цели Знать: УК-3.1/Зн1 нормативные и методические документы, регламентирующие работы по метрологическому обеспечению в организации УК-3.1/Зн2 Принципы стратегического планирования и управления проектами УК-3.1/Зн5 Принципы социального взаимодействия и командной работы в землеустройстве и кадастрах недвижимости Уметь: УК-3.1/Ум1 производить рекогносцировку, изготовление и закладку пунктов специальных планово-высотных сетей УК-3.1/Ум2 Формулировать общую цель и декомпозировать ее на задачи УК-3.1/Ум5 Определить свою роль в команде и стратегию сотрудничества Владеть: УК-3.1/Нв1 навыками выполнения спутниковых наблюдений, высокоточного геометрического нивелирования, линейно-угловых измерений УК-3.1/Нв2 Техниками формирования команды (тимбилдинга) и управления групповыми процессами УК-3.1/Нв4 Навыком эффективного исполнения роли члена команды для достижения общей цели ИДК УК-3.2 Планирует и корректирует работу команды с учетом интересов, особенностей поведения и мнений ее членов Знать: УК-3.2/Зн1 области применения методов измерений УК-3.2/Зн2 Методы разрешения конфликтов и принятия групповых решений УК-3.2/Зн4 Психологические и поведенческие особенности участников команды в процессе землеустроительных работ и ведения кадастров недвижимости

		Уметь: УК-3.2/Ум1 производить полевые технологические поверки аппаратуры спутниковой геодезической, угломерных инструментов, нивелиров и приборов для линейных измерений УК-3.2/Ум2 Гибко менять план работы при изменении условий или возникновении разногласий УК-3.2/Ум3 Выстраивать эффективное взаимодействие с членами команды, учитывая индивидуальные характеристики каждого Владеть: УК-3.2/Нв1 навыками полевого и камерального контроля измерений УК-3.2/Нв2 Навыками активного слушания и конструктивной обратной связи УК-3.2/Нв3 Навыком адаптации своего поведения в команде с целью повышения продуктивности совместной работы ИДК УК-3.3 Разрешает конфликты и противоречия при деловом общении на основе учета интересов всех сторон Знать: УК-3.3/Зн1 нормативно-технические и руководящие документы в области проектирования и производства геодезических измерений УК-3.3/Зн2 Теории, стадии и типы конфликтов УК-3.3/Зн3 Закономерности влияния индивидуальных действий на результативность проектной деятельности в землеустройстве и кадастрах недвижимости Уметь: УК-3.3/Ум1 выполнять спутниковые наблюдения, высокоточное нивелирование, угловые и линейные измерения, специальные высокоточные инженерно-геодезические измерения УК-3.3/Ум2 Организовывать конструктивный диалог между сторонами УК-3.3/Ум3 Предвидеть возможные последствия своих поступков и планировать шаги для достижения необходимого результата Владеть: УК-3.3/Нв1 навыками уравнивания результатов спутниковых наблюдений, линейно-угловых измерений, высокоточного геометрического нивелирования УК-3.3/Нв2 Алгоритмами проведения переговоров и посредничества УК-3.3/Нв3 Навыком осознанного регулирования личного вклада в работу коллектива для успешного завершения проектов

		ИДК УК-3.4 Организует обсуждение разных идей и мнений. Организует дискуссии по заданной теме и обсуждение результатов работы команды с привлечением оппонентов разработанным идеям Знать: УК-3.4/Зн1 особенности закладки пунктов государственных планово-высотных геодезических сетей и сетей специального назначения спутниковыми и наземными методами, методов и способов построения этих сетей УК-3.4/Зн2 Методы анализа идей, оценки предложений и принятия коллективных решений УК-3.4/Зн5 Эффективные формы обмена информацией и опытом внутри команды в землеустройстве и кадастрах недвижимости Уметь: УК-3.4/Ум1 уравнивать результаты спутниковых наблюдений, высокоточного нивелирования, угловых и линейных измерений, специальных высокоточных инженерно-геодезических измерений УК-3.4/Ум2 Стимулировать участников к высказыванию разных точек зрения, включая критику УК-3.4/Ум4 Конструктивно обсуждать и оценивать идеи коллег для совместного достижения цели Владеть: УК-3.4/Нв1 навыками контроля полученных результатов уравнивания УК-3.4/Нв2 Навыками управления аудиторией, тайм-менеджмента в ходе дискуссии УК-3.4/Нв4 Навыком активного участия в коммуникациях, направленном на повышение результативности групповых усилий ИДК УК-3.5 Планирует командную работу, распределяет поручения и делегирует полномочия членам команды Знать: УК-3.5/Зн1 принципы действия и устройства аппаратуры спутниковой геодезической, приборов и инструментов для угловых и линейных измерений, нивелирования, специальных приборов УК-3.5/Зн2 Основы управления проектами и командой в условиях ЧС УК-3.5/Зн4 Нормы и правила, регламентирующие командную работу в землеустройстве и кадастрах недвижимости Уметь: УК-3.5/Ум1 оценивать влияние внешних факторов на производство спутниковых наблюдений, точность геодезических измерений

		УК-3.5/Ум2 Определять объем работ, сроки и ресурсы для выполнения задач в области БЖД УК-3.5/Ум5 Соблюдать установленные регламенты и поддерживать высокий уровень личной ответственности Владеть: УК-3.5/Нв1 навыками составления технических отчетов УК-3.5/Нв2 Техниками оперативного контроля и обратной связи УК-3.5/Нв4 Навыком сознательного соблюдения обязательств перед командой ради общего успеха
	Базовый	ИДК УК-3.1 Вырабатывает стратегию сотрудничества и на ее основе организует отбор членов команды для достижения поставленной цели Знать: УК-3.1/Зн1 нормативные и методические документы, регламентирующие работы по метрологическому обеспечению в организации УК-3.1/Зн2 Принципы стратегического планирования и управления проектами УК-3.1/Зн5 Принципы социального взаимодействия и командной работы в землеустройстве и кадастрах недвижимости Уметь: УК-3.1/Ум1 производить рекогносцировку, изготовление и закладку пунктов специальных планово-высотных сетей УК-3.1/Ум2 Формулировать общую цель и декомпозировать ее на задачи УК-3.1/Ум5 Определить свою роль в команде и стратегию сотрудничества ИДК УК-3.2 Планирует и корректирует работу команды с учетом интересов, особенностей поведения и мнений ее членов Знать: УК-3.2/Зн1 области применения методов измерений УК-3.2/Зн2 Методы разрешения конфликтов и принятия групповых решений УК-3.2/Зн4 Психологические и поведенческие особенности участников команды в процессе землеустроительных работ и ведения кадастров недвижимости Уметь: УК-3.2/Ум1 производить полевые технологические поверки аппаратуры спутниковой геодезической, угломерных инструментов, нивелиров и приборов для линейных измерений УК-3.2/Ум2 Гибко менять план работы при изменении условий или возникновении разногласий

		УК-3.2/Ум3 Выстраивать эффективное взаимодействие с членами команды, учитывая индивидуальные характеристики каждого ИДК УК-3.3 Разрешает конфликты и противоречия при деловом общении на основе учета интересов всех сторон Знать: УК-3.3/Зн1 нормативно-технические и руководящие документы в области проектирования и производства геодезических измерений УК-3.3/Зн2 Теории, стадии и типы конфликтов УК-3.3/Зн3 Закономерности влияния индивидуальных действий на результативность проектной деятельности в землеустройстве и кадастрах недвижимости Уметь: УК-3.3/Ум1 выполнять спутниковые наблюдения, высокоточное нивелирование, угловые и линейные измерения, специальные высокоточные инженерно-геодезические измерения УК-3.3/Ум2 Организовывать конструктивный диалог между сторонами УК-3.3/Ум3 Предвидеть возможные последствия своих поступков и планировать шаги для достижения необходимого результата ИДК УК-3.4 Организует обсуждение разных идей и мнений. Организует дискуссии по заданной теме и обсуждение результатов работы команды с привлечением оппонентов разработанным идеям Знать: УК-3.4/Зн1 особенности закладки пунктов государственных планово-высотных геодезических сетей и сетей специального назначения спутниковыми и наземными методами, методов и способов построения этих сетей УК-3.4/Зн2 Методы анализа идей, оценки предложений и принятия коллективных решений УК-3.4/Зн5 Эффективные формы обмена информацией и опытом внутри команды в землеустройстве и кадастрах недвижимости Уметь: УК-3.4/Ум1 уравнивать результаты спутниковых наблюдений, высокоточного нивелирования, угловых и линейных измерений, специальных высокоточных инженерно-геодезических измерений УК-3.4/Ум2 Стимулировать участников к высказыванию разных точек зрения, включая критику УК-3.4/Ум4 Конструктивно обсуждать и оценивать идеи коллег для совместного достижения цели

		ИДК УК-3.5 Планирует командную работу, распределяет поручения и делегирует полномочия членам команды Знать: УК-3.5/Зн1 принципы действия и устройства аппаратуры спутниковой геодезической, приборов и инструментов для угловых и линейных измерений, нивелирования, специальных приборов УК-3.5/Зн2 Основы управления проектами и командой в условиях ЧС УК-3.5/Зн4 Нормы и правила, регламентирующие командную работу в землеустройстве и кадастрах недвижимости Уметь: УК-3.5/Ум1 оценивать влияние внешних факторов на производство спутниковых наблюдений, точность геодезических измерений УК-3.5/Ум2 Определять объем работ, сроки и ресурсы для выполнения задач в области БЖД УК-3.5/Ум5 Соблюдать установленные регламенты и поддерживать высокий уровень личной ответственности
	Пороговый	ИДК УК-3.1 Вырабатывает стратегию сотрудничества и на ее основе организует отбор членов команды для достижения поставленной цели Знать: УК-3.1/Зн1 нормативные и методические документы, регламентирующие работы по метрологическому обеспечению в организации УК-3.1/Зн2 Принципы стратегического планирования и управления проектами УК-3.1/Зн5 Принципы социального взаимодействия и командной работы в землеустройстве и кадастрах недвижимости ИДК УК-3.2 Планирует и корректирует работу команды с учетом интересов, особенностей поведения и мнений ее членов Знать: УК-3.2/Зн1 области применения методов измерений УК-3.2/Зн2 Методы разрешения конфликтов и принятия групповых решений УК-3.2/Зн4 Психологические и поведенческие особенности участников команды в процессе землеустроительных работ и ведения кадастров недвижимости

		ИДК УК-3.3 Разрешает конфликты и противоречия при деловом общении на основе учета интересов всех сторон Знать: УК-3.3/Зн1 нормативно-технические и руководящие документы в области проектирования и производства геодезических измерений УК-3.3/Зн2 Теории, стадии и типы конфликтов УК-3.3/Зн3 Закономерности влияния индивидуальных действий на результативность проектной деятельности в землеустройстве и кадастрах недвижимости ИДК УК-3.4 Организует обсуждение разных идей и мнений. Организует дискуссии по заданной теме и обсуждение результатов работы команды с привлечением оппонентов разработанным идеям Знать: УК-3.4/Зн1 особенности закладки пунктов государственных планово-высотных геодезических сетей и сетей специального назначения спутниковыми и наземными методами, методов и способов построения этих сетей УК-3.4/Зн2 Методы анализа идей, оценки предложений и принятия коллективных решений УК-3.4/Зн5 Эффективные формы обмена информацией и опытом внутри команды в землеустройстве и кадастрах недвижимости ИДК УК-3.5 Планирует командную работу, распределяет поручения и делегирует полномочия членам команды Знать: УК-3.5/Зн1 принципы действия и устройства аппаратуры спутниковой геодезической, приборов и инструментов для угловых и линейных измерений, нивелирования, специальных приборов УК-3.5/Зн2 Основы управления проектами и командой в условиях ЧС УК-3.5/Зн4 Нормы и правила, регламентирующие командную работу в землеустройстве и кадастрах недвижимости

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Повышенный	ИДК УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма Знать: УК-7.1/Зн4 Основы здорового образа жизни и рекомендации по поддержанию физического здоровья для специалистов Уметь: УК-7.1/Ум4 Составлять индивидуальный график занятий спортом и отдыха с учетом физических нагрузок и режима труда Владеть: УК-7.1/Нв4 Навыком использования оздоровительных технологий для профилактики заболеваний и сохранения работоспособности ИДК УК-7.2 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности Знать: УК-7.2/Зн3 Принципы разумного чередования интеллектуальных и физических нагрузок в работе специалиста Уметь: УК-7.2/Ум3 Планировать рабочий график таким образом, чтобы избегать переутомления и сохранять высокую работоспособность Владеть: УК-7.2/Нв3 Навыком эффективного совмещения трудовой активности и мероприятий, направленных на поддержание физического состояния ИДК УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности Знать: УК-7.3/Зн4 Основы здорового образа жизни и профилактические меры, актуальные для специалистов Уметь: УК-7.3/Ум4 Демонстрировать личный пример приверженности принципам здорового образа жизни Владеть: УК-7.3/Нв4 Навыком информирования окружающих о важности здорового образа жизни и мотивирования коллег следовать здоровым привычкам

	Базовый	ИДК УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма Знать: УК-7.1/Зн4 Основы здорового образа жизни и рекомендации по поддержанию физического здоровья для специалистов Уметь: УК-7.1/Ум4 Составлять индивидуальный график занятий спортом и отдыха с учетом физических нагрузок и режима труда ИДК УК-7.2 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности Знать: УК-7.2/Зн3 Принципы разумного чередования интеллектуальных и физических нагрузок в работе специалиста Уметь: УК-7.2/Ум3 Планировать рабочий график таким образом, чтобы избегать переутомления и сохранять высокую работоспособность ИДК УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности Знать: УК-7.3/Зн4 Основы здорового образа жизни и профилактические меры, актуальные для специалистов Уметь: УК-7.3/Ум4 Демонстрировать личный пример приверженности принципам здорового образа жизни
	Пороговый	ИДК УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма Знать: УК-7.1/Зн4 Основы здорового образа жизни и рекомендации по поддержанию физического здоровья для специалистов

		ИДК УК-7.2 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности Знать: УК-7.2/Зн3 Принципы разумного чередования интеллектуальных и физических нагрузок в работе специалиста ИДК УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности Знать: УК-7.3/Зн4 Основы здорового образа жизни и профилактические меры, актуальные для специалистов

3. Шкала оценивания

Оценка	Критерии оценивания (перечень сформированных ИДК/ЗУВ)
Зачтено	УК-3.1 Вырабатывает стратегию сотрудничества и на ее основе организует отбор членов команды для достижения поставленной цели УК-3.1/Зн1 нормативные и методические документы, регламентирующие работы по метрологическому обеспечению в организации УК-3.1/Зн5 Принципы социального взаимодействия и командной работы в землеустройстве и кадастрах недвижимости УК-3.1/Зн2 Принципы стратегического планирования и управления проектами УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма УК-7.1/Зн4 Основы здорового образа жизни и рекомендации по поддержанию физического здоровья для специалистов УК-3.2 Планирует и корректирует работу команды с учетом интересов, особенностей поведения и мнений ее членов УК-3.2/Зн2 Методы разрешения конфликтов и принятия групповых решений УК-3.2/Зн1 области применения методов измерений УК-3.2/Зн4 Психологические и поведенческие особенности участников команды в процессе землеустроительных работ и ведения кадастров недвижимости УК-7.2 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности УК-7.2/Зн3 Принципы разумного чередования интеллектуальных и физических нагрузок в работе специалиста

	УК-3.3 Разрешает конфликты и противоречия при деловом общении на основе учета интересов всех сторон УК-3.3/Зн3 Закономерности влияния индивидуальных действий на результативность проектной деятельности в землеустройстве и кадастрах недвижимости УК-3.3/Зн1 нормативно-технические и руководящие документы в области проектирования и производства геодезических измерений УК-3.3/Зн2 Теории, стадии и типы конфликтов УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности УК-7.3/Зн4 Основы здорового образа жизни и профилактические меры, актуальные для специалистов УК-3.4 Организует обсуждение разных идей и мнений. Организует дискуссии по заданной теме и обсуждение результатов работы команды с привлечением оппонентов разработанным идеям УК-3.4/Зн2 Методы анализа идей, оценки предложений и принятия коллективных решений УК-3.4/Зн1 особенности закладки пунктов государственных планово-высотных геодезических сетей и сетей специального назначения спутниковыми и наземными методами, методов и способов построения этих сетей УК-3.4/Зн5 Эффективные формы обмена информацией и опытом внутри команды в землеустройстве и кадастрах недвижимости УК-3.5 Планирует командную работу, распределяет поручения и делегирует полномочия членам команды УК-3.5/Зн4 Нормы и правила, регламентирующие командную работу в землеустройстве и кадастрах недвижимости УК-3.5/Зн2 Основы управления проектами и командой в условиях ЧС УК-3.5/Зн1 принципы действия и устройства аппаратуры спутниковой геодезической, приборов и инструментов для угловых и линейных измерений, нивелирования, специальных приборов
Не зачтено	Результаты обучения не сформированы на достаточном уровне

4. Контрольные мероприятия по дисциплине

Вид контроля	Форма контроля/Оценочное средство
Текущий контроль	Выполнение контрольных нормативов
Промежуточная аттестация	Зачет

№ п/п	Наименование раздела	Контролируемые ИДК	Вид контроля/ используемые оценочные материалы	
			Текущий	Промежут. аттестация
1	Практический	УК-3.1 УК-3.2 УК-3.3 УК-3.4 УК-3.5 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Выполнение контрольных нормативов	Зачет

5. Порядок проведения промежуточной аттестации

Порядок проведения промежуточной аттестации регламентируется локальными нормативными актами Университета:
- Положением о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по основным образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Московский государственный университет геодезии и картографии», п.6 «Организация и проведение промежуточной аттестации».
- Положением о порядке осуществления образовательного процесса, проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Московский государственный университет геодезии и картографии», п.8 «Проведение промежуточной аттестации с применением ЭО и ДОТ».

Промежуточная аттестация: Зачет, 2-я летняя сессия.
Проводится в виде опроса, так же учитываются результаты тестирования и сдачи нормативов

6. Оценочные материалы текущего контроля

Раздел 1. Практический
Контролируемые ИДК: УК-3.1 УК-3.2 УК-3.3 УК-3.4 УК-3.5 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3

Тема 1.1. Общая физическая подготовка
Форма контроля/оценочное средство: Выполнение контрольных нормативов
Вопросы/Задания:
1. Что такое общая физическая подготовка
2. Цели и задачи общей физической подготовки(ОФП)
3. Методы общей физической подготовки
4. Средства общей физической подготовки
5. Нагрузка при выполнениии физических упражнений определяется:

1. ЧСС
2. дыханием
3. объёмом
4. интенсивностью

Тема 1.2. Легкая атлетика с применением адаптивных форм
Форма контроля/оценочное средство: Выполнение контрольных нормативов
Вопросы/Задания:
1. Какое физическое качество комплексно отражает возможности сердечно-сосудистой системы?

1. выносливость
2. быстрота
3. ловкость
4. сила.

2. Спринтерами называют:

1. Стартующих на короткие дистанции
2. Стартующих на длинные дистанции
3. Стартующих на средние дистанции
4. Стартующих на сверх. длинные дистанции

3. Какие вы знаете виды лёгкой атлетики?
4. Физическое качество выносливость (понятие) и её виды

5. Особенности дыхания в покое и при физической нагрузке

Тема 1.3. Атлетическая гимнастика с применением адаптивных форм

Форма контроля/оценочное средство: Выполнение контрольных нормативов

Вопросы/Задания:

1. Физическая сила (понятие)
2. Виды физической силы
3. При совершенствовании каких качеств (способностей), преимущественно применяются изометрические (статические) упражнения?

1. силовых качеств
2. быстроты
3. ловкости
4. гибкости

4. Какие мышцы называют синергистами:

1. выполняют разную работу
2. выполняют общую работу
3. выполняют скоростную работу
4. выполняют силовую работу

5. Какие мышцы называются антагонистами

Тема 1.4. Аэробика (адаптивные формы)

Форма контроля/оценочное средство: Выполнение контрольных нормативов

Вопросы/Задания:

1. Виды аэробики
2. Двигательное умение-это:

1.выполнение любых упражнений
2.стабильное выполнение двигательного действия
3.выполнение специальных упражнений
4.двигательный навык.

3. Работа мышц благотворно влияет на:

1. только на сами мышцы
2. на весь организм
3. на отдельную группу мышц
4. только на сердце

4. Значение мышечной релаксации(расслабления)
5. Этапы обучения движениям

7. Оценочные материалы промежуточной аттестации

2-я летняя сессия, Зачет

Контролируемые ИДК: УК-3.1 УК-7.1 УК-3.2 УК-7.2 УК-3.3 УК-7.3 УК-3.4 УК-3.5

Вопросы/Задания:

1. Что не входит в структуру физической культуры?

1) физическое образование;
2) спорт;
3) физическая рекреация;
4) физическое восприятие.

2. В процессе физического воспитания решаются следующие задачи:

1) оздоровительные;
2) образовательные;

3) воспитательные;
4) все варианты верны.

3. Что такое спорт?

4. Пульс, артериальное давление, масса тела, функциональную пробу можно отнести к _____показателям:

1) субъективным;
2) объективным;
3) антропометрический;
4) пропорциональности физического развития.

5. Ортостатическая проба служит для

1) характеристики устойчивости организма к недостатку кислорода;
2) характеристики функциональной полноценности рефлекторных механизмов регуляции гемодинамики и оценки возбудимости центров симпатической иннервации;
3) характеристики возбудимость центров парасимпатической иннервации;
4) оценки деятельности сердечно-сосудистой системы.