

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

**ФИЛОСОФИЯ**

Направление подготовки: *49.03.01 Физическая культура*

Направленность (профиль): *Физкультурно-оздоровительная деятельность*

Форма обучения: очная  
(очная/заочная)

Автор (ы) ФОС: Аппакова-Шогина Н.З., к.и.н., доцент

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «10» марта 2023 года.  
Протокол № 8.

Казань-2023

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Формируемые знания, умения и навыки
<p><b>УК- 5</b> Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>	<p><b>5.1. Знает</b>                      - сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли;                      -закономерности и особенностей развития исторического процесса, его движущие силы и роль человека в нем</p> <p><b>5.2. Умеет</b>                      - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов</p> <p><b>- 5.3. Владеет навыками:</b>                      - привлекать содержательно релевантную фактографию из истории философии для анализа современных явлений и процессов в теории и практике ФКиС;                      - ведения дискуссии и полемики</p>	<p><b>Знать:</b>                      сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли;                      -закономерности и особенностей развития исторического процесса, его движущие силы и роль человека в нем</p> <p><b>Уметь</b>                      найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов</p> <p><b>Владеть навыками:</b>                      - привлечения содержательно релевантной фактографии из истории философии для анализа современных явлений и процессов в теории и практике ФКиС;                      - ведения дискуссии и полемики</p>

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

## Структура оценки сформированности компетенций на этапе

**текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	УК-5	Практическая работа (эссе)	не аттестован	2 и менее
			низкий	3
	средний	4		
		высокий	5	
	УК-5	Устный опрос, собеседование	не аттестован	2 и менее
			низкий	3
			средний	4
			высокий	5
	УК-5	Тестирование (компьютерное)	не аттестован	4 и менее
			низкий	5– 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	УК-5	Устный опрос, собеседование	не аттестован	2 и менее
			низкий	3
			средний	4
			высокий	5
	УК-5	Тестирование (компьютерное)	не аттестован	6 и менее
			низкий	9
			средний	12
			высокий	15
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства	Критерии оценивания (Уровни сформированности компетенции)	
УК-5	Тестирование с использованием платформы MOODLE	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2. ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

*Образцы*

### Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оценительный индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)

УК-5	УК-5.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Исторические типы философии</li> <li>• Основные философские учения Древней Индии и Древнего Китая</li> <li>• Индуизм. Древнейший философский источник. Основные понятия индуизма.</li> <li>• Буддизм. Основатель. Четыре благородные истины.</li> <li>• Джайнизм. Основатель. Основные идеи.</li> <li>• Конфуцианство. Основатель. Этика конфуцианства. Социальная философия конфуцианства. Патернализм.</li> <li>• Даосизм. Основатель. Онтология даосизма. Принцип у-вэй.</li> </ul>
	УК-5.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Почему в Индии мало последователей буддизма, но много – в Китае и Японии?</li> <li>• Почему буддизм признан мировой религией, а индуизм, конфуцианство и даосизм – признаются национальными «религиями»?</li> <li>• В чем современность идеи «ахимсы»? К какой современной идеологии (общественному течению) можно отнести эту идею?</li> </ul>
	УК-5.3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Какой тип государства (тоталитарное, авторитарное, демократическое, либеральное, тираническое, олигархическое и т.д.) наиболее близок идее патернализма?</li> <li>• В каком учении впервые сформулировано «золотое правило этики»? Проанализируйте содержание этики буддизма и конфуцианства</li> </ul>

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оценочный индикатор	Тестовые вопросы
УК-5	УК-5.1	<p>Определите содержание философских категорий:</p> <p>1. плюрализм                    А. наличие одной субстанции – материальной или идеальной</p> <p>2. дуализм                        Б. наличие двух субстанций – материальной и идеальной</p> <p>3. монизм                         В. наличие множества субстанций</p>
	УК-5.2	<p>Определите суть основных философских течений эпохи эллинизма:</p> <p>1. киники</p> <p>2. скептики</p> <p>3. эпикурейцы</p> <p>4. стоики</p> <p>А. критическое отношение к государству, семье, труду: освобождение от желаний как путь к счастью</p> <p>Б. гедонизм: созерцательное отношение к жизни, получение наслаждения как цель человеческого существования</p> <p>В. следование судьбе и долгу, воля как ведущий феномен в жизни человека</p> <p>Г. воздержание от категорических суждений ради спокойного</p>

		существования
	УК-5.3	Принцип даосизма "увей" означает: А. "толерантность" - сосуществование различных взглядов Б. "плюрализм" - множественность путей развития человека В. "активность" - преобразовательная деятельность человека Г. "недеяние" - невмешательство в естественный ход вещей

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемые индикаторы	Практические работы
УК-5	УК-5.1	Коллоквиум: «Основы философии»
	УК-5.2	Анализ отрывка из текста «Дао дэ Цзин» Определите, какие основные идеи даосизма представлены в этом отрывке? Обоснуйте свой выбор.
	УК-5.3	Эссе по фильму «Барака» (США, 1992, реж.Рон Фрике). Задание: после просмотра фильма письменно ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Почему авторы отказались от словесного сопровождения видеоряда, ограничившись только музыкой?</li> <li>• Какова, на Ваш взгляд, основная идея фильма?</li> <li>• Вы – «представитель инопланетной цивилизации». Этот фильм для Вас является единственным источником информации о человечестве. Исходя из этого фильма, что вы напишите в отчете о человечестве как самой развитой форме жизни на Земле?</li> <li>• Как оценивают перспективы человечества авторы фильма?</li> <li>• Какой сюжет фильма наиболее впечатлил Вас?</li> </ul>

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практическая работа	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Результаты выполнения работы не удовлетворяют всем требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Работа с преобладанием компиляции, отсутствие творческого и самостоятельного подхода к раскрытию темы
	Средний (Хорошо)	Работа, содержащая элементы компиляции с соответствием основным требованиям к оформлению и содержанию работы – средний уровень
	Высокий (Отлично)	Самостоятельная, творческая, неординарная, полностью раскрывающая тему, отличающаяся

		разносторонностью подходов, логичная, содержащая обоснованные выводы, оформленная в соответствии с требованиями работа – высокий уровень
Тестирование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Правильно выполнено 50% и менее тестовых заданий
	Низкий (Удовлетворительно)	Правильно выполнено 51% – 65 % тестовых заданий
	Средний (Хорошо)	Правильно выполнено 66 % – 84%
	Высокий (Отлично)	Правильно выполнено 85% – 100% тестовых заданий
Устный опрос, собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Ответ на поставленный вопрос отсутствует. Студент демонстрирует полное непонимание проблемы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Дан неполный ответ на поставленные вопросы, в ответе присутствуют ошибки и неточности, не использованы философские термины. Студент демонстрирует поверхностное понимание проблемы, не способен ответить на дополнительные вопросы.
	Средний (Хорошо)	Дан полный ответ на поставленные вопросы, однако студент затрудняется с приведением конкретных примеров. Используются философские термины. Неполные ответы на дополнительные вопросы.
	Высокий (Отлично)	Дан полный развернутый ответ на поставленные вопросы с приведением конкретных примеров, использованы профессиональные термины, ошибки отсутствуют. Студент демонстрирует глубокое понимание проблемы, дает полноценные ответы на дополнительные вопросы

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Промежуточная аттестация – экзамен, проводится в форме компьютерного тестирования с использованием электронной образовательной платформы MOODLE.

Экзаменационная тестовая база состоит из 183 тестовых вопросов, охватывающих все изученные темы. Экзамен проходит с использованием оборудования мобильного компьютерного класса (аппаратно-программного комплекса). На решение теста выделяется 1 час, объем экзаменационного теста – 50 вопросов. В ходе экзамена программа случайно выбирает вопросы по всем пройденным темам, таким образом, осуществляется контроль знания по всему пройденному курсу.

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК-5	УК-5.1.	<b>Определите содержание понятий:</b> Род – это





## Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
	Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

**СОЦИОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Направление подготовки: *49.03.01 Физическая культура*

Направленность (профиль): *Физкультурно-оздоровительная деятельность*

Форма обучения: очная  
(очная/заочная)

Автор (ы) ФОС: Хурамшина Айгюль Зуфаровна, к.соц.н., доцент, доцент  
кафедры социально-гуманитарных дисциплин  
(*ФИО, ученая степень и должность преподавателей*)

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «7» марта 2019 года  
Протокол № 9.

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-5	<p>ПС Тренер Оказание консультационной поддержки тренерам и спортсменам на всех этапах спортивной подготовки: - обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности (G/01.7) - оказание экспертной и методической помощи по вопросам своей компетенции (G/02.7)</p> <p>ПС Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта Контроль и учет деятельности в области физической культуры и спорта по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях (A/04.6)</p> <p>ПС Инструктор-методист Вовлечение населения различных возрастных групп в занятия физической культурой и спортом (A/03.4)</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- об обществе как системе</li> <li>- об основных социологических теориях</li> <li>- о конкретно-социологическом исследовании</li> <li>- о закономерностях возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проанализировать социальные отношения в малой социальной группе</li> <li>- охарактеризовать социализацию спортсмена</li> <li>- использовать социологические методы исследования</li> <li>- соблюдать правовые, нравственные и этические нормы, требования профессиональной этики</li> </ul> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки и применения социологической анкеты</li> <li>- обработки результатов социологического анкетирования</li> </ul>

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций).

Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

### Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	<b>УК-5</b>	доклад на заданную тему	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
	средний	7 – 8		
			высокий	9 – 10
<b>УК-5</b>	практическая работа	не аттестован	4 и менее	
		низкий	5 – 6	
		средний	7 – 8	
		высокий	9 – 10	
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	<b>УК-5</b>	доклад на заданную тему	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
	средний	7 – 8		
			высокий	9 – 10
<b>УК-5</b>	практическая работа	не аттестован	4 и менее	
		низкий	5 – 6	
		средний	7 – 8	
		высокий	9 – 10	
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
<b>УК-5</b>	тестовые задания	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Образцы

#### Темы для докладов

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Темы для докладов
УК-5	Знает - об обществе как системе	Объект и предмет социологической науки. Компоненты социологического знания. Три уровня социологического знания. Явление социальной дифференциации. Социальная дифференциация как основание социальной стратификации. Стратификационные теории: авторы и характеристика.
	- об основных социологических теориях	Возникновение социологии как науки, ее основоположники. Основные натуралистические социологические школы и их основные идеи. Психологическая социология, научные направления психологической социологии. Центральные идеи теорий К.Маркса, Г.Зиммеля, Э.Дюркгейма, М.Вебера, Ч.Кули. Преимущество неэволюционизма и структурного функционализма. Теория социального равновесия Т.Парсонса (AGIL). Объясните значение терминов. Факторы развития общества согласно теории конфликта. Микросоциологические теории, их основные представители и основные идеи. Две основные ориентации российской социальной мысли в начале XIX века. Российская социология после 1917 года до 1950-х гг. Современный этап развития социологии в России
	Знает - о конкретно-	Конкретно-социологическое исследование: определение, программа.

	социологическом исследовании	Определение выборки. Генеральная и выборочная совокупности. Классификация способов выборки.
	Знает - о закономерностях возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации	Периодизация социализации личности. Определение и характеристика агентов и институтов социализации личности. Факторы становления личности. Значение собственной активности индивида в социализации его личности.
	Умеет - проанализировать социальные отношения в малой социальной группе - соблюдать правовые, нравственные и этические нормы, требования профессиональной этики	Групповая динамика. Фазы, этапы (уровни) развития малой группы. Групповая сплоченность как один из процессов групповой динамики. Композиция группы. Социологические методы выявления композиции группы. Спортивные и физкультурные группы. В чем их особенность и отличие друг от друга и от других малых социальных групп? Формальная и неформальная структуры спортивных и физкультурных социальных групп. Оптимальные размеры спортивной/физкультурной социальной группы. Спортивная группа как малая социальная группа.
	Умеет - охарактеризовать социализацию спортсмена	Социализирующая роль спорта для общества и личности. Два направления физкультурной социализации личности. Характеристика факторов социализации личности в образовательной среде физической культуры и спорта Спортивная карьера.

		<p>Основные кризисы-переходы спортивной карьеры.</p> <p>Социальная адаптация спортсменов.</p> <p>Тенденции в отношениях женщин и спорта.</p> <p>Гендерные группы в социологическом анализе.</p> <p>Факторы, препятствующие успешной социальной адаптации спортсменов после завершения спортивной карьеры.</p> <p>Факторы, способствующие комфортной социальной адаптации спортсменов после завершения спортивной карьеры.</p>
	<p>Умеет</p> <p>- использовать социологические методы исследования</p>	<p>Наблюдение: понятие, характеристика, примеры применения в сфере ФКиС</p> <p>Эксперимент: понятие, характеристика, примеры применения в сфере ФКиС</p> <p>Опрос: понятие, характеристика, примеры применения в сфере ФКиС</p> <p>Анализ документов: понятие, характеристика, примеры применения в сфере ФКиС.</p>
	<p>Имеет опыт</p> <p>- разработки и применения социологической анкеты</p> <p>- обработки результатов социологического анкетирования</p>	<p>Социологическая анкета как инструмент научного познания.</p> <p>Классификация вопросов анкеты.</p> <p>Виды социологического анкетирования</p> <p>Композиция (структура) социологической анкеты.</p> <p>Правила формулирования вопросов социологической анкеты.</p> <p>Правила оформления социологической анкеты.</p> <p>Функции анкетного вопроса. Структура анкетного вопроса.</p> <p>Требования к базисной части анкетного вопроса.</p> <p>Методы оценки качества социологической анкеты</p>

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
------------------	-------------------	---------------------



Доклад	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об материале; не может полно и правильно представить материал, ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент представляет лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент полно раскрывает материал; отвечает на вопросы и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил и представил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
УК-5	Знает - о закономерностях возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации  Умеет	Тема: Спортивная команда как малая социальная группа. Социализация личности в физической культуре. 1. Просмотр художественного фильма «Легенда №17» о выдающемся советском хоккеисте В.Харламове (в свободном доступе к просмотру <a href="http://2.russia.tv/video/show/brand_id/38389/">http://2.russia.tv/video/show/brand_id/38389/</a> , <a href="https://www.iviv.ru">https://www.iviv.ru</a> ) Анализ фильма по вопросам: 1. Траектория спортивной карьеры главного героя фильма (начало спортивной карьеры, членство в командах разного уровня, основания отбора в команды, влияние личностных качеств спортсмена и политической ситуации на отбор в команды и качество спортивной деятельности героя)

	<p>- проанализировать социальные отношения в малой социальной группе</p> <p>- соблюдать правовые, нравственные и этические нормы, требования профессиональной этики,</p> <p>- охарактеризовать социализацию спортсмена</p>	<p>2. Анализ социальных отношений «тренер-спортсмен», представленных в фильме, на примере отношений Тарасова и Харламова (отношения лидерства, старшинства, власти, влияния, субъект-субъектных отношений, социализационных процессов и др.).</p> <p>3. Анализ социальных отношений главного героя с членами команд «Звезда» (Чебаркуль), ЦСКА (Москва), сборной СССР (отношения лидерства, дружбы, противостояния, соперничества, сотрудничества и т.п.)</p>
	<p>Знает</p> <p>- о конкретно-социологическом исследовании</p> <p>Умеет</p> <p>- использовать социологические методы исследования</p> <p>Имеет опыт</p> <p>- разработки и применения социологической анкеты</p>	<p>Тема: Социологическая анкета: составление.</p> <p>Практическая работа: разработка социологической анкеты.</p> <p>Требования к анкете:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) выполнение правил композиции анкеты;</li> <li>2) объем анкеты – не менее 15 вопросов;</li> <li>3) наличие разных форм вопросов;</li> <li>4) соблюдение правил формулирования вопросов анкеты;</li> <li>5) раскрытие темы анкеты (соответствие вопросов теме исследования).</li> </ol> <p>Темы анкет:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отношение казанцев к здоровому образу жизни.</li> <li>2. Физическая культура в повседневной жизни татарстанцев</li> <li>3. Популярные виды спорта в Татарстане</li> </ol> <p>...</p>
	<p>Имеет опыт</p> <p>- обработки результатов социологического анкетирования</p>	<p>Тема: Социологическая анкета: интерпретация полученных данных.</p> <p>Практическая работа: интерпретация полученных данных анкетного опроса.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формулирование интерпретации к числовым результатам каждого вопроса анкеты.</li> </ol>

		2. Формулирование выводов в целом к результатам анкетного опроса.
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Неудовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Темы докладов (презентаций)

Возникновение социологии как науки, ее основоположники.

Основные натуралистические социологические школы и их основные идеи.

Психологическая социология, научные направления психологической социологии.

Теория социального равновесия Т.Парсонса (AGIL). Объясните значение терминов.

Факторы развития общества согласно теории конфликта.  
Две основные ориентации российской социальной мысли в начале XIX века.  
Российская социология после 1917 года до 1950-х гг.  
Современный этап развития социологии в России.  
Стратификационные теории: авторы и характеристика.  
Этапы институционализации физической культуры по А.В. Андрианову.  
Физическая культура и спорт как социальные институты, сходства и различия.  
Общекультурные и специфические социальные функции физической культуры.  
Специфические функции спорта.  
Физическая культура и спорт и образ жизни.  
Уровни управления сферой ФКиС в России, государственные, муниципальные и общественные органы управления сферой ФКиС.  
Интеграция социальных институтов ФКиС с другими социальными институтами: образованием, здравоохранением, обороной, искусством.  
Социальные функции тела человека.  
Групповая динамика. Фазы, этапы (уровни) развития малой группы.  
Конкретно-социологическое исследование: определение, программа.  
Определение выборки. Генеральная и выборочная совокупности.  
Классификация способов выборки.  
Композиция (структура) социологической анкеты.  
Правила формулирования вопросов социологической анкеты.  
Правила оформления социологической анкеты.

Требования к оформлению электронных презентаций к докладам  
Электронные презентации выполняются по вопросам семинарских занятий.

Объем презентации - 10-12 слайдов

Дизайн - контрастное сочетание цветов фон/шрифт (чтобы текст был четко виден); размер шрифта на слайде - не менее 20; не перегружать слайды текстом; пользоваться принципом "1 слайд - 1 определение" (на одном слайде - либо 1 определение, либо 1 схема, либо 1 важный тезис, и т.п.), отнеситесь бережно и аккуратно к выбору стиля и оформлению презентации

Структура. 1-й слайд - титульный, на нем нужно указать тему презентации (вопрос семинарского занятия) без точки в конце, фамилию, инициалы студента, номер группы. (этого достаточно при выступлении в стенах академии, если бы выступали за пределами - надо было бы писать и министерство, и академию, и факультет, и кафедру). Последующие слайды - в соответствии с логикой Вашего изложения материала. Предпоследний слайд - список литературы (список источников) в соответствии с ГОСТ Р

7.0.100– 2018 и ГОСТ 7.32-2017. Используйте только рекомендованные источники, чтобы избежать некорректной или даже ошибочной информации. Рекомендованные источники - на главной странице курса, в рабочей программе дисциплины и в заданиях к семинарским занятиям. Последний слайд - благодарность слушателю.

Раскрытие темы. Для корректного раскрытия темы пользуйтесь рекомендованными источниками: учебником, лекциями, научными изданиями. Важно изложить материал полно, в то же время не пересекаясь с ответами на другие вопросы семинарского занятия.

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Доклад (презентация)	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### **3. ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК-5	Знает - об обществе как	На основании какого основного показателя выделены следующие

	<p>системе</p>	<p>социальные группы?  - богатые  - средние  - бедные  - нищие  Выберите один ответ:  a. уровень жизни  b. уклад жизни  c. качество жизни  d. стиль жизни</p>
	<p>Знает  - об основных социологических теориях</p>	<p>Какое понятие определено?  "... - совокупность материальных и духовных ценностей, выражающая определенный уровень исторического развития данного общества и человека"   впишите  Ответ: _____</p>
	<p>Знает  - о закономерностях возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации</p>	<p>Агенты, влияющие на социализацию личности спортсмена – это  Выберите один ответ:  - Министерство спорта, спортивный клуб  - тренер, ровесники, спортсмены</p>
	<p>Знает  - о конкретно-социологическом исследовании</p>	<p>Определение какого понятия приведено? Впишите понятие  "... - это научно обоснованное предположение о структуре социальных объектов, о характере элементов и связей, о механизме их функционирования и т.д. Может быть сформулирована только в результате предварительного научного анализа изучаемого объекта."</p>

	<p>Умеет - проанализировать социальные отношения в малой социальной группе - соблюдать правовые, нравственные и этические нормы, требования профессиональной этики</p>	<p>Ответ: _____</p> <p>Какое слово пропущено? "Под групповой ...понимают развитие группы вследствие взаимодействия и взаимоотношений между членами группы и их с лидером группы, а также внешнего влияния на группу" Ответ: _____</p> <p>Какие из структур относятся к децентрализованным коммуникационным структурам? Выберите один или несколько ответов: а. радиальная б. цепь с. звезда (полная) d. круг (колесо) е. фронтальная</p>
	<p>Умеет - охарактеризовать социализацию спортсмена</p>	<p>Социализация– это Выберите один ответ: -планомерное и целенаправленное воздействие на сознание и поведение человека с целью формирования определенных установок, понятий, принципов, ценностных ориентаций, обеспечивающих условия для его развития, подготовки к общественной жизни и труду -психологический процесс формирования внутреннего плана сознания при переводе внешних действий во внутренние -процесс усвоения индивидом определенной системы знаний, норм, ценностей, установок, образцов поведения, объединяемых понятием культуры, присущей социальной группе и обществу в целом, позволяющий функционировать индивиду в качестве активного субъекта социальных отношений</p>

		<p>Который из ниже перечисленных элементов не относится к стадиям социализации, выделяемых по отношению к трудовой деятельности?          Выберите один ответ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- трудовая</li> <li>- антитрудовая</li> <li>- послетрудовая</li> <li>- дотрудовая</li> </ul>
	<p>Умеет          - использовать социологические методы исследования</p>	<p>Определите соответствие между наименованиями и их определениями</p> <p>генеральная совокупность          Выберите...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- это множество элементов, которые являются объектом социологического исследования (например, все население страны)</li> <li>- множество элементов, отобранных из генеральной совокупности, которые непосредственно подвергаются обследованию</li> <li>- указание принципов и способов выделения из объекта той совокупности людей</li> </ul> <p>выборочная совокупность          Выберите...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- это множество элементов, которые являются объектом социологического исследования (например, все население страны)</li> <li>- множество элементов, отобранных из генеральной совокупности, которые непосредственно подвергаются обследованию</li> <li>- указание принципов и способов выделения из объекта той совокупности людей</li> </ul>
	<p>Имеет опыт          - разработки и применения социологической анкеты</p>	<p>Какое понятие определено? Вставьте понятие          "... - процедура отбора подмножества наблюдений из всех возможных для того, чтобы получить заключение обо</p>



	- обработки результатов социологического анкетирования	всем множестве наблюдений" Ответ: _____
--	--	--

**Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестовые задания	Не аттестован (Не удовлетворительно)	0 – 14 баллов
	Низкий (Удовлетворительно)	15 – 32 балла
	Средний (Хорошо)	33 – 42 балла
	Высокий (Отлично)	43 – 50 баллов

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**  
**ИСТОРИЯ РОССИИ**

Направление подготовки: 49.03.01 *Физическая культура*

Направленность (профиль): *Физкультурно-оздоровительная деятельность*

Форма обучения: *очная*

Автор ФОС: к.и.н., доцент Салимов А. М., к.и.н., доцент Фанг-Юнг Г.Ю.

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры СГД «10» марта 2023  
года  
Протокол № 8.

Казань-2023

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Индикаторы достижения
<p><b>УК-5</b> Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные философские идеи и категории в их историческом развитии и социально культурном аспекте;</li> <li>- различные исторические типы культур;</li> <li>- основы межкультурной коммуникации, принципы соотношения общемировых и национальных культурных процессов (формируются в ходе лекций, семинарских занятий, индикаторы - рефераты, доклады, собеседования, решение тестовых заданий, в ходе промежуточной аттестации). профессиональных задач</li> </ul>
<p><b>УК-5</b> Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>	<p><b>Умения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснить феномен культуры, ее роль в человеческой жизнедеятельности;</li> <li>- адекватно оценивать межкультурные диалоги в современном обществе;</li> <li>- толерантно взаимодействовать с представителями различных культур (формируются в ходе лекций, семинарских занятий, <b>индикаторы</b> - собеседование, <b>дополнительные задания и задания патриотического характера</b>)</li> </ul>
<p><b>УК-5</b> - Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>	<p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практические навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры;</li> <li>- навыками межкультурного взаимодействия с учетом разнообразия культур;</li> <li>- способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации (формируются в ходе учебного процесса, <b>индикаторы</b> - учебно-исследовательская <b>работа, мероприятия патриотического характера</b>)</li> </ul>

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость

занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе  
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	<b>УК-5</b> Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	Доклады, рефераты, презентации на семинарских занятиях	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	<b>УК-5</b> Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	Тесты	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	<b>макс:</b>			<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	<b>УК-5</b> Способен	Доклады, рефераты,	не аттестован	4 и менее 5–6

	воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	презентации на семинарских занятиях	низкий средний высокий	7 – 8 9 – 10
	<b>УК-5</b> Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	Практические работы	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
<b>УК-5</b> Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества социально-историческом, этическом философском контекста	В И - собеседование (устный опрос); - оценка по результатам итогового тестирования.	не аттестован низкий средний высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

### **Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Образцы

#### Вопросы для проведения собеседования (доклады, устный опрос, презентации)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
УК-5	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные философские идеи и категории в их историческом развитии и социально культурном аспекте;</li> <li>- различные исторические типы культур;</li> <li>- основы межкультурной коммуникации, принципы соотношения общемировых и национальных культурных процессов (формируются в ходе лекций, семинарских занятий, индикаторы - рефераты, доклады, собеседования, решение тестовых заданий, в ходе промежуточной аттестации). профессиональных задач</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Каковы причины сложных процессов формирования единых централизованных государств в ряде стран Западной Европе (Германия, Италия)?</li> <li>2. Экономическое развитие ведущих европейских держав и России в XVII в.</li> <li>3. Что такое первая научная революция и какое она оказала влияние на мировое развитие?</li> <li>4. Эпоха Просвещения как фаза исторического процесса в Западной Европе.</li> <li>5. Роль и значение промышленного переворота XVIII века в мировой истории.</li> <li>6. Освещение петровских реформ в современной отечественной историографии.</li> <li>7. Промышленное развитие XIX века в странах Европы, США и России.</li> <li>8. Начало XX в. и противоречия между великими державами Европы, борьба за передел мира.</li> <li>9. Версия о февральской революции 1917 года как о масонском заговоре в работах отечественных и зарубежных историков.</li> <li>10. Влияние Октябрьской революции и советского периода истории России на ход мировой истории.</li> <li>11. Роль Советского Союза, советского народа в победоносном завершении Великой Отечественной и Второй мировой войны.</li> </ol>
	<p><b>Умения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснить феномен культуры, ее роль в человеческой жизнедеятельности;</li> <li>- адекватно оценивать межкультурные диалоги в современном обществе;</li> <li>- толерантно взаимодействовать с представителями различных культур (формируются в ходе лекций,</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Докажите, что Россия - это составная часть общеевропейского цивилизационного пространства.</li> <li>2. Раскройте закономерности формирования ранних форм государственности на Востоке и Западе.</li> <li>3. Определите значение русских географических открытий XVII в.</li> <li>4. Каков вклад культуры России XIX века в развитие мировой цивилизации?</li> <li>5. В чем заключалось единство и многообразие древнерусской культуры.</li> </ol>

	семинарских занятий, <b>индикаторы</b> - собеседование, <b>дополнительные задания</b> и <b>задания патриотического характера)</b>	6. В чем заключается культурно-историческое значение воссоединения Украины с Россией в 1654 году? 7. Какова роль Великих географических открытий в развитии экономики, политики, геополитическом укреплении стран Западной Европы?
	<b>Навыки и/или опыт деятельности:</b> - практические навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры; - навыками межкультурного взаимодействия с учетом разнообразия культур; - способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации (формируются в ходе учебного процесса, <b>индикаторы - учебно-исследовательская работа, мероприятия патриотического характера)</b>	1. В чем заключаются региональные и глобальные геополитические интересы России в начале XXI века? 2. Какое влияние оказала Золотая Орда на экономическое, политическое и административное развитие русского государства (России)? 3. Раскройте общие черты и отличия русского государства (России) и средневековых государств Европы и Азии. 4. В чем заключались особенности эпохи Нового времени в Европе и России? 5. Какие существуют дискуссии о генезисе самодержавия?

### *Требования к оформлению рефератов и презентаций*

Реферат – это письменная работа на определенную тему, сделанная в результате реферирования одной работы или обобщения источников и литературы по теме и обобщения личных наблюдений и опыта.

#### Порядок работы над рефератом следующий:

1. составить библиографию по теме, привлекая справочные, энциклопедические, биографические, библиографические издания, учебные и методические пособия; а также произведя поиск в сети Internet;
2. продумать структуру работы, цель и исследовательские задачи своего доклада;
3. ознакомиться с источниками и литературой, подготовить выписки из них;
4. скорректировать план и цель работы;
5. написать текст, сформулировать выводы.

На этапе определения структуры и цели доклада студенту следует обратиться за консультацией к руководителю семинарских занятий. Затем студент приступает к написанию научной работы (реферата).

#### Требования к оформлению реферата.

Текст пишется на одной стороне листа бумаги формата А4. Объем реферата не менее 20 стр. Все страницы, начиная с 3й, должны быть пронумерованы. На титульном листе цифра 1 не ставится. Желательно напечатать текст на принтере или печатной машинке, но если такой возможности нет, то надо написать текст разборчивым почерком, без помарок. Шрифт Times New Roman, 14 кегль, межстрочный интервал полуторный. Оставьте поля: верхнее и нижнее – 20 мм, левое – 30-35 мм, правое – 15-20 мм.



Цитаты (выдержки) из источников и литературы используются в тех случаях, когда свою мысль хотят подтвердить точной выдержкой. Цитаты должны быть текстуально точными и заключены в кавычки. В тексте необходимо указать источник приводимых цитат. Существует три способа сделать ссылку. 1. Внизу страницы под чертой (подстрочные сноски могут иметь постраничную или сквозную нумерацию). 2. В конце текста реферата в виде «Примечания». 3. В квадратных (или круглых) скобках в конце цитаты. Например: [4, 309], где первая цифра означает порядковый номер из «Списка использованных источников и литературы», вторая – номер процитированной страницы.

Структура работы:

1. Титульный лист.
2. Оглавление. Оно состоит из перечня основных частей работы: введения, названия каждой главы и разделов, выводов или заключения, списка использованных источников и литературы;
3. Введение, где оговаривается научная значимость темы, проблематика исследования, степень изученности, т.е. дается общая характеристика использованных источников и литературы; цель и задачи работы (2-3 стр.).
4. Основная часть, в которой решаются поставленные задачи. Она должна состоять из двух – четырех глав, которые можно разделить на параграфы. Каждая глава обязательно заканчивается выводом (11-15 стр.).
5. Выводы или заключение, где формулируются выводы исследования (1-2 стр.).
6. Список использованных источников и литературы. В нем выделяют следующие составные части:
  - ◆ I. Источники (монографии, носящие теоретический характер для данного исследования; законодательные источники; делопроизводственная документация учреждений и организаций; статистические материалы; мемуары, дневники, переписка).
  - ◆ II. Литература (монографии, книги, статьи из сборников, научных журналов, учебные пособия).
  - ◆ III. Периодическая печать (статьи из газет, публицистических журналов)
  - ◆ IV. Справочная литература.

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование (доклады, устный опрос, презентации)	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе

		серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
УК-5	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные философские идеи и категории в их историческом развитии и социально культурном аспекте;</li> <li>- различные исторические типы культур;</li> <li>- основы межкультурной коммуникации, принципы соотношения общемировых и национальных культурных процессов (формируются в ходе лекций, семинарских занятий, индикаторы - рефераты, доклады, собеседования, решение тестовых заданий, в ходе промежуточной аттестации).</li> </ul> <p><b>Умения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснить феномен культуры, ее роль в человеческой жизнедеятельности;</li> <li>- адекватно оценивать межкультурные диалоги в современном обществе;</li> <li>- толерантно взаимодействовать с представителями различных культур</li> </ul>	<p>1. «Отцом истории» как науки называют ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а. Гераклита</li> <li>б. Геродота</li> <li>в. Аристотеля</li> <li>г. Демокрита</li> </ul> <p>2. Период существования Киевской Руси...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а. VI-IX вв.</li> <li>б. IX-XII вв.</li> <li>в. IX-XV вв.</li> <li>г. XIII-XV вв.</li> </ul> <p>3. По форме правления Новгородская земля представляла собой...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а. раннефеодальную республику</li> <li>б. раннефеодальную монархию</li> <li>в. абсолютную монархию</li> <li>г. деспотическую тиранию</li> </ul> <p>4. Категории свободного сельского населения древней Руси....</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а. «холопы»</li> <li>б. «смерды»</li> <li>в. «рядовичи»</li> <li>г. «пущенники»</li> </ul> <p>5. Правитель Древнерусского государства, первым принявшим христианство ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а. Игорь</li> <li>б. Владимир</li> <li>в. Ольга</li> <li>г. Святослав</li> </ul> <p>6. Сведения о правовых нормах Древнерусского государства содержит следующий документ:</p>

	<p>(формируются в ходе лекций, семинарских занятий, <b>индикаторы</b> - собеседование, <b>дополнительные задания и задания патриотического характера</b>)</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практические навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры;</li> <li>- навыками межкультурного взаимодействия с учетом разнообразия культур;</li> <li>- способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации</li> </ul> <p>(формируются в ходе учебного процесса, <b>индикаторы</b> - <b>учебно-исследовательская работа, мероприятия патриотического характера</b>)</p>	<p>а. «Слово о Законе и Благодати»  б. «Соборное уложение»  в. «Русская правда»  г. «Повесть временных лет»</p> <p>7. Представители династии Рюриковичей, киевские князья...</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Владимир Святой</li> <li>2. Дмитрий Донской</li> <li>3. Ярослав Мудрый</li> <li>4. Александр Невский</li> <li>5. Иван Калита</li> <li>6. Владимир Мономах</li> <li>7. Андрей Боголюбский</li> <li>8. Василий Темный</li> </ol> <p>а. 1,3,6 б. 2,4,5 в. 1, 5,7 г. 4,5,8</p> <p>8. Битва на реке Калка, где русские князья встретились с монголо-татарами произошла в ...</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а. 1223 г.</li> <li>б. 1240 г.</li> <li>в. 1380 г.</li> <li>г. 1480 г.</li> </ol> <p>9. В период феодальной раздробленности вечевые порядки играли ведущую роль в политической жизни...</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а. Пскова и Новгорода</li> <li>б. Владимира и Новгорода</li> <li>в. Чернигова и Полоцка</li> <li>г. Москвы и Владимира</li> </ol> <p>10. Земельное владение, запрещавшееся продавать и дарить в XV- XVI вв. – это...</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а. поместье</li> <li>б. вотчина</li> <li>в. усадьба</li> <li>г. надел</li> </ol> <p>11. Образование Москвы связано с именем:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а. Андрея Боголюбского</li> <li>б. Юрия Долгорукого</li> <li>в. Дмитрия Донского</li> <li>г. Даниила Александровича</li> </ol> <p>12. Московский князь, получивший Золотой ярлык и право сбора дани со всех русских земель в пользу Золотой Орды:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а. Александр Невский</li> <li>б. Иван Калита</li> <li>в. Дмитрий Донской</li> </ol>
--	---	---

	<p>г. Иван III</p> <p>13. Цель политики Ивана Грозного заключалась в следующем...</p> <ul style="list-style-type: none"><li>а. ослабить дворянство</li><li>б. усилить духовенство</li><li>в. укрепить торгово-ремесленное сословие</li><li>г. централизовать власть</li></ul> <p>14. В период царствования Ивана IV еще не вошло в состав России ... ханство</p> <ul style="list-style-type: none"><li>а. Казанское</li><li>б. Астраханское</li><li>в. Крымское</li><li>г. Сибирское</li></ul> <p>15. Сибирские земли осваивались в первую очередь...</p> <ul style="list-style-type: none"><li>а. дворянами-помещиками</li><li>б. служилыми людьми</li><li>в. монастырями</li><li>г. казаками</li></ul> <p>16. Земский Собор – это...</p> <ul style="list-style-type: none"><li>а. орган местного самоуправления в XVII-XVIII вв.</li><li>б. орган сословного представительства в России в XVI-XVII вв.</li><li>в. орган исполнительной власти в эпоху Московской Руси</li><li>г. церковный собор</li></ul> <p>17. Укажите год, с которым связано начало династии Романовых:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>а. 1649</li><li>б. 1613</li><li>в. 1645</li><li>г. 1654</li></ul> <p>18. Добровольное вхождение Украины в Русское подданство году относится к правлению...</p> <ul style="list-style-type: none"><li>а. Федора Ивановича</li><li>б. Михаила Федоровича</li><li>в. Алексея Михайловича</li><li>г. Петра I</li></ul> <p>19. Годы жизни Петра I:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>а. 1672-1725</li><li>б. 1689-1725</li><li>в. 1680-1731</li><li>г. 1689-1729</li></ul>
--	---

		<p>20. При Петре I управление, юриспруденция, армии и различные социальные классы были реорганизованы ...</p> <p>а. на восточный лад</p> <p>б. на западный лад</p> <p>в. на персидский лад</p> <p>г. остались без изменения</p>
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
<b>УК-5</b>	<p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры;</li> <li>- навыками межкультурного взаимодействия с учетом разнообразия культур;</li> <li>- способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации (формируются в ходе учебного процесса, индикаторы учебно-исследовательская работа, мероприятия патриотического характера)</li> </ul>	<p><b>Короткое Эссе</b></p> <p>1. Война народов СССР против фашистской Германии являлась Великой Отечественной войной. Почему? А какой характер носила война нацистской Германии против СССР? Дайте краткую аргументацию.</p> <p>2. Какое событие (явление) XX века было наиболее значимым, экзистенциальным для народов Советского союза. Объясните почему?</p> <p>Напишите работу на одну из тем (по выбору):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Социально-экономические последствия Первой мировой войны.</li> <li>2. В.И. Ленин и его роль в октябрьской революции 1917 г.</li> <li>3. Л.Д. Троцкий – руководитель восстания в октябре 1917 года в г. Петроград.</li> <li>4. Можно ли было предотвратить Октябрьскую революцию? Если да, то когда и как?</li> <li>5. Тоталитаризм как политический режим: общее и особенное в странах Европы и России.</li> <li>6. Формирование однопартийного политического режима.</li> <li>7. Строительство индустриального</li> </ol>

		<p>общества в СССР в 30-е гг.: результаты и издержки.</p> <p>8. «Большой скачок 1929 г.»: замыслы и результаты.</p> <p>9. Конституция 1936 г. - конституция «победившего социализма».</p> <p>10. Культурная политика в 1920 - 1930-е гг.</p> <p>11. Международное положение СССР в предвоенные годы.</p> <p>12. Начало Второй мировой войны.</p> <p>13. Нападение Германии на СССР. Причины неудач Красной Армии в начальный период войны. Битва за Москву.</p> <p>14. Коренной перелом в ходе Великой Отечественной войны и ее победоносное завершение.</p> <p>15. Осложнение международной обстановки в послевоенный период в Европе.</p> <p>16. Вступление мира в эпоху научно-технической революции.</p> <p>17. Трудности послевоенного переустройства: восстановление народного хозяйства и ликвидация атомной монополии США.</p> <p>18. Общее и особенное во внешнеполитическом курсе Н.С. Хрущева и Л.И. Брежнева.</p> <p>19. Изменения в теории и практике советской внешней политики.</p>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с

		ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК-5	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные философские идеи и категории в их историческом развитии и социально культурном аспекте;</li> <li>- различные исторические типы культур;</li> <li>- основы межкультурной коммуникации, принципы соотношения общемировых и национальных культурных процессов (формируются в ходе лекций, семинарских занятий, индикаторы - рефераты, доклады, собеседования, решение тестовых заданий, в ходе промежуточной</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. История как наука. Методология исторической науки. Исторические источники и научная хронология.</li> <li>2. Египет: нильская цивилизация и ее особенности.</li> <li>3. Месопотамия: от первых городов государств до становления Ассирийской державы.</li> <li>4. Китай: от «эпохи борющихся царств» до крушения империи Хань. Краткий обзор.</li> <li>5. Древняя Индия от зарождения цивилизации до падения державы Маурьев.</li> <li>6. Античная Греция: от крито-микенской культуры к эпохе эллинизма.</li> <li>7. Античный Рим: особенности развития древней цивилизации.</li> <li>8. Западная Европа в V - начале XII вв.: от варварских королевств к Священной Римской империи.</li> <li>9. Византийская империя (IV-XII вв.): государство и общество.</li> <li>10. Возникновение ислама. Арабские</li> </ol>

	<p>аттестации).          профессиональных задач</p> <p><b>Умения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснить феномен культуры,</li> <li>ее роль в человеческой жизнедеятельности;</li> <li>- адекватно оценивать межкультурные диалоги в современном обществе;</li> <li>- толерантно взаимодействовать с представителями различных культур (формируются в ходе лекций, семинарских занятий, <b>индикаторы</b> - собеседование,</li> </ul> <p><b>дополнительные задания и задания патриотического характера)</b></p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практические навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры;</li> <li>- навыками межкультурного взаимодействия с учетом разнообразия культур;</li> <li>- способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации (формируются в ходе учебного процесса, <b>индикаторы</b> - учебно-исследовательская работа, мероприятия патриотического характера)</li> </ul>	<p>завоевания в VII-IX веках и их культурно-историческое значение.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>11. Происхождение славян и их расселение на завершающем этапе Великого переселения народов. Восточные, западные, южные славяне и их ближайшие соседи.</li> <li>12. Исторические условия складывания древнерусской государственности с центрами в Старой Ладогe, Новгороде, Киеве. Научные дискуссии о происхождении государства у восточных славян и современные научные взгляды.</li> <li>13. Древнерусское государство: от Рюрика до Владимира Мономаха. Внутриполитическое развитие и экономика Руси, внешняя политика.</li> <li>14. Значение принятия христианства Русью и принятия ислама Волжской Булгарией: общее и особенное.</li> <li>15. Феодалная раздробленность на Руси и формирование моделей древнерусского общества и государства в XII-XV вв.</li> <li>16. Европейское «классическое» средневековье IX-XIII вв. Франкское государство и Священная Римская империя: общество, государство.</li> <li>17. Европейская культура в эпоху Средневековья. Проторенессанс.</li> <li>18. Древнерусская культура в IX – первой трети XIII веков: характерные черты.</li> <li>19. Образование державы Чингисхана, направления монгольской экспансии.</li> <li>20. Нашествие хана Батые и разорение русских земель. Возникновение улуса Джучи («Золотая Орда»).</li> <li>21. Особенности развития территорий северо-восточной Руси под ордынским игом. Князь Александр Невский как государственный деятель.</li> <li>22. Процесс объединения русских земель в XIII–XV веках (от князя Даниила Александровича до великого князя Ивана III).</li> <li>23. Великое княжество Литовское в XIV–XV вв. Грюнвальдская битва. Польско-литовские унии и судьбы западнорусских земель в XIV – XV вв.</li> <li>24. Особенности культурного развития русских земель в XIII – XV веках.</li> <li>25. Формирование и развитие государства Тимуридов и Османской империи в XIII–XV веках: последствия их</li> </ol>
--	--	---



		<p>завоеваний.</p> <p>26. Великие географические открытия и их экономические и политические последствия.</p> <p>27. Русское централизованное государство в 1533–1598: от начала правления великого князя и царя Ивана IV до смерти царя Фёдора Ивановича: социально-политическое развитие и внешнеполитический курс.</p> <p>28. Русская культура во II половине XV – XVI веках: краткая характеристика.</p> <p>29. «Смутное время»: хронология, причины, ход и последствия.</p> <p>30. Правление первых Романовых: от сословно-представительной монархии к становлению абсолютизма.</p> <p>31. Реформация и Контрреформация в европейском христианстве, причины и последствия.</p> <p>32. Революции в Нидерландах и Англии в XVI–XVII веках: причины, характер, последствия.</p> <p>33. Тридцатилетняя война и Вестфальский мирный договор, их влияние на европейские государства.</p> <p>34. Россия при императоре Петре I. Экономическая модернизация: развитие производства и торговли, реформирование системы управления, военные реформы.</p> <p>35. Развитие русской культуры в XVII – I половине XVIII веков: общая характеристика.</p> <p>36. Российская империя в «эпоху дворцовых переворотов»: внутренняя и внешняя политика.</p> <p>37. Европа в XVIII веке: «век просвещения» и «просвещённый абсолютизм»: важнейшие политические и экономические доктрины до 1789 года.</p> <p>38. Российский вариант политики «просвещенного абсолютизма» Екатерины II: противоречивый характер внутривнутриполитического курса.</p> <p>39. Приоритеты внешней политики Российской империи во второй половине XVIII столетия.</p> <p>40. Русская культура во II половине XVIII столетия.</p> <p>41. Великая французская революция и ее влияние на политическое и</p>
--	--	---

		<p>социокультурное развитие европейских государств.</p> <p>42. Промышленная революция в Великобритании: причины, ход, последствия.</p> <p>43. Экономическое и социально-политическое развитие Западной Европы и США в конце XVIII – начале XIX веках.</p> <p>44. Правление императора Павла I: внутренняя и внешняя политика.</p> <p>45. Россия при императоре Александре I; правительственный реформизм и внешнеполитические обстоятельства.</p> <p>46. Внутренняя и внешняя политика императора Николая I: содержание и последствия.</p> <p>47. Россия в период Великих реформ Александра II: крестьянская реформа и преобразования 1860–70-х гг. Контрреформы и внешнеполитический курс императора Александра III.</p> <p>48. Внутренняя и внешняя политика России (при императоре Николае II) в конце XIX – начале XX века.</p> <p>49. Социально-экономическая характеристика ведущих мировых держав в конце XIX века.</p> <p>50. Особенности экономического и политического развития колониально-зависимых стран в конце XIX – начале XX века.</p> <p>51. Культура в России XIX – начала XX века. Золотой и Серебряный век русской литературы.</p> <p>52. Борьба империалистических стран за передел мира в конце XIX – начале XX века.</p> <p>53. Первая русская революция: причины, характер, хронология, ход событий и итоги.</p> <p>54. Первая мировая война (1914–1918 гг.): основные военно-политические блоки, театры военных действий.</p> <p>55. Первая мировая война (1914–1918 гг.): итоги и влияние войны на развитие Европы и мира.</p> <p>56. Россия в 1914 – 1917 гг.: социально-экономическая и политическая трансформация и крушение империи.</p> <p>57. Великая российская революция и гражданская война как её этап (1917-1922 гг.): причины, основные этапы, ход событий и итоги. Образование СССР. НЭП.</p>
--	--	---

		<p>58. Советская индустриализация и коллективизация. Внутрипартийная борьба и её итоги. Конституция СССР 1936 г. и её значение. Культурное развитие в довоенном СССР.</p> <p>59. Внешняя политика СССР в 1922–1939 гг. Коминтерн. Переход СССР к мирному сосуществованию с капиталистическим окружением. Попытки СССР создания системы коллективной безопасности в Европе.</p> <p>60. Мир в 1919–1939 гг. Мировой экономический кризис 1929 г. и «великая депрессия». Версальско-вашингтонская система мироустройства. Нарастание военной опасности.</p> <p>61. Мир в годы Второй мировой войны: причины и предпосылки. Начальный этап войны с 1939 до 1941 года.</p> <p>62. Вероломное нападение гитлеровской Германии и её союзников на СССР. Начало Великой Отечественной войны. Причины неудач РККА на начальном этапе Войны. Важнейшие битвы в 1941 – 1942 гг. Начало коренного перелома в войне. Организация государственного управления в годы войны. Советский тыл в годы войны.</p> <p>63. Нападение Японии на Пёрл-Харбор, колониальные владения европейских держав в Азиатско-Тихоокеанском регионе и Китай. Война в Северной Африке. Создание антигитлеровской коалиции.</p> <p>64. Коренной перелом в Великой Отечественной войне. Сталинградская и Курская битвы. Ход войны в 1944 – 1945 гг.</p> <p>65. Война в Атлантике, в Азии и на Тихом океане. Окончательный разгром нацистской Германии в 1945 году. Военное поражение и капитуляция Японии.</p> <p>66. Итоги Великой Отечественной войны, решающий вклад СССР в победу антигитлеровской коалиции. Людские и материальные потери.</p> <p>67. Тегеранская, Ялтинская и Потсдамская конференции. Формирование основ ялтинского послевоенного мироустройства. Геополитические изменения в мире после окончания Второй мировой войны, изменения политической карты Европы.</p> <p>68. Советский Союз в 1945-1953 гг.: восстановление и развитие хозяйства,</p>
--	--	--

		<p>идеологические кампании и политические репрессии.</p> <p>69. Ведущие страны Запада и Востока в постиндустриальную эпоху: НТР и ее влияние на экономическое и политическое развитие и интеграционные процессы.</p> <p>70. Советское государство и общество в условиях процесса десталинизации. Хрущевская «оттепель»: достижения и противоречия.</p> <p>71. Развитие культуры, искусства и спорта в СССР.</p> <p>72. Советский союз в период «позднего социализма». Л.И. Брежнев: от хозяйственных реформ 60 -х гг., к утере темпов развития и кризису на рубеже 70 - 80 -х гг.</p> <p>73. Политика «перестройки» и распад СССР, - причины, ход событий, последствия.</p> <p>74. Мировое экономическое, политическое и культурное пространство XXI века: проблемы глобализации.</p> <p>75. Российская Федерация на рубеже веков: становление суверенного государства и начало радикальных реформ.</p> <p>76. Российская Федерация на рубеже веков: политические процессы: власть и общество.</p> <p>77. Россия в первое десятилетие XXI века: экономическое и социальное развитие.</p> <p>78. Россия в первое десятилетие XXI века: внутривнутриполитические процессы. Внешнеполитический курс: основные приоритеты и их реализация.</p> <p>79. Формы и методы экспансии США и их союзников против суверенных государств мира в конце XX – начале XXI века.</p> <p>80. Начало специальной военной операции на Украине: её причины и цели, вхождение в состав России ДНР, ЛНР, Запорожский и Херсонской областей.</p>
--	--	--

## Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе дисциплины  
Иностранный язык

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Кафедра иностранных языков и языкознания

**Фонд оценочных средств**

**ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК**

*(наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)*

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
*(шифр, наименование)*

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность  
*(направленность (профиль) подготовки)*  
квалификация  
*бакалавр*

Форма обучения: очная  
*(очная/заочная)*

Автор (ы) ФОС: *Каримова С.Г., к.ф.н., ст.преп.*

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «7» марта 2019 года  
Протокол № 8.

Казань-2020

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-4	<p><b>ПС «Тренер»</b> D/03.6. Методическое сопровождение Деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта</p> <p><b>ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</b> D/05.6. Управление процессами консультирования по вопросам развития физической культуры и спорта</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества;</li> <li>- основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;</li> <li>- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках;</li> <li>- правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;</li> <li>- образование основных грамматических конструкций иностранного языка;</li> <li>- нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;</li> <li>- все основные виды чтения;</li> </ul>
		<p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выразить различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);</li> <li>- правильно и аргументированно сформулировать свою мысль в устной и письменной форме;</li> <li>- пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;</li> <li>- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;</li> <li>- получать общее представление о прочитанном;</li> <li>- определять и выделять основную информацию текста;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному;</li> <li>- определять важность (ценность) информации;</li> <li>- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык;</li> <li>- описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС.</li> </ul>
		<p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта;</li> <li>- публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия);</li> <li>- публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия)</li> </ul>

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждом из 2-х модулей). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждом из 2-х модулей).

Сдача экзамена по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена.

### Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
СЕМЕСТР 1.	УК-4	Собеседование, устный опрос	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
		средний	7 – 8	
		высокий	9 – 10	



	УК-4	Контрольная работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>СЕМЕСТР 2.</b>	УК-4	Контрольная работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	УК-4	Собеседование, устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО:</b>				<b>50</b>

### Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
		УК-4	Ответ на экзаменационный билет
<b>макс: 50 баллов</b>			

### Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины	не аттестован Низкий Средний Высокий	0–25 26–32 33–42 43–50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	не аттестован Низкий Средний Высокий	0–24 25–32 33–41 42–50
Итоговая оценка сформированности компетенций	не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51–65 66–84 85–100

При промежуточной аттестации **на экзамене** оценки из 100-балльной системы переводятся в традиционную согласно таблице перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка
50 и менее	неудовлетворительно
51 – 65	удовлетворительно
66-84	хорошо
85-100	отлично

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Собеседование, устный вопрос

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Собеседование, устный вопрос
УК-4	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества;</li> <li>- основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;</li> <li>- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках;</li> <li>- правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;</li> <li>- образование основных грамматических конструкций иностранного языка;</li> <li>- нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;</li> <li>- все основные виды чтения;</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);</li> <li>- правильно и аргументированно сформулировать свою мысль в устной и письменной форме;</li> <li>- пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;</li> <li>- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;</li> <li>- получать общее представление о прочитанном;</li> <li>- определять и выделять основную информацию текста;</li> </ul>	<p><b>Примерные вопросы для проведения собеседования, устного опроса по разделу: «Я и спортивный ВУЗ»</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. What do you know about our university?</li> <li>2. Give the full name of our university.</li> <li>3. When was our university founded?</li> <li>4. How many faculties are there in our university? Name them.</li> <li>5. What facilities does our university provide?</li> <li>6. Describe your future career.</li> <li>7. Speak about the role of sports in your life.</li> <li>8. What does healthy way of life mean to you?</li> <li>9. Do you keep to any balanced diet?</li> <li>10. How does your diet differ from that of your friends?</li> <li>11. What qualities does your sport develop?</li> <li>12. Tell how you day begins.</li> <li>13. What is your favourite sport? And why?</li> <li>14. What is the aim of the warm-up?</li> </ol>

- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному;  
- определять важность (ценность) информации;  
- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык;  
- описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС.

***Имеет опыт:***

- деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта;  
- публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия);  
- публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия);

15. What does your warm-up consist of?

16. Is physical education a compulsory subject in all schools and universities?

17. What kinds of sport are popular with students?

***Примерные вопросы для проведения собеседования, устного опроса по разделу: «Я и моя будущая профессия.»***

1. Do you exercise? Why or why not?

2. Some people exercise to feel relaxed. How does physical activity affect a person's mental and emotional condition?

3. People get exercise while playing sports. Which sports are the best for fitness?

4. Do you have any exercise equipment in your home? How often do you use it?

5. Are there many gyms in your town or city? How much does it cost to join a gym? Is it worth it?

6. What kind of aerobic exercise do you get in your daily life? Do you walk or ride regularly? Do you take the stairs or use the elevator?

7. To be healthy, which is more important? Eating well or working out?

8. To look good, which is more important? Eating well or working out?

9. Do you lift weights to build muscle? How muscular do you want to be?

10. Some people work out very often. Is exercise addictive?

11. Have you tried yoga?

		<p>Why do some people prefer yoga to other forms of exercise?</p> <p>12. Have you tried exercising while watching a workout video? Was it helpful to have an onscreen instructor?</p> <p>13. Which is better for motivation? Working out with a group or with a personal trainer?</p> <p>14. How important is stretching before and after exercise?</p> <p>15. How do you dress when you work out? Do you try to look fashionable?</p> <p>16. Do you drink protein shakes or eat any other kind of food related to working out?</p> <p>17. Does your community have outdoor exercise equipment? Is it free to use? Who uses it?</p> <p>18. Some people use steroids to help build muscles. Is this a good idea? Why or why not?</p> <p>19. What time of day is best for exercising? Why?</p>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование, устный опрос	Не аттестован (Неудовлетворительно)	Не способен строить элементарные предложения: не владеет базовой лексикой, позволяющей высказываться на изученные темы устно.
	Низкий (Удовлетворительно)	Владеет достаточными языковыми средствами, чтобы высказываться на устные темы, используя ограниченный ряд сложных предложений и конструкций в объеме 10 предложений. Использует грамматические конструкции достаточно правильно, допускает 3-4 ошибки в пределах изученного материала, некоторые из которых может исправить. Темп речи – ровный, со значительными паузами. Демонстрирует владение изученными речевыми моделями не в полном объеме.
	Средний (Хорошо)	Владеет языковыми средствами на уровне беглого высказывания на устные темы в объеме 20-15

		предложений. Владеет грамматикой на следующем уровне: допускает 1-2 грамматические ошибки в пределах изученного материала и сам может их исправить. Продуцирует речь в ровном темпе, без заметных пауз. Демонстрирует владение большинством изученных речевых моделей.
	Высокий (Отлично)	Владеет разнообразным спектром языковых средств, чтобы говорить ясно на изученные темы на уровне носителя языка в объеме не менее 30-25 предложений. Постоянно поддерживает высокий уровень владения грамматикой: практически не допускает ошибок. Темп речи беглый, естественный. Демонстрирует освоенность всех изученных речевых моделей.

### Контрольная работа

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Контрольная работа
УК-4	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества;</li> <li>- основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;</li> <li>- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках;</li> <li>- правила</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Примерные контрольные работы</b> <b>Контрольная работа № 1</b> <b>Разделы: «Я и спорт. Спорт в России и за рубежом»</b></p> <p><b>I. Write the interrogative and negative forms of the following sentences.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. This athlete will achieve a second ranking in his chosen sport soon.</li> <li>2. The thrower will take part in next regional competitions.</li> <li>3. These sportsmen will receive badges and certificates next week.</li> <li>4. They will build a new indoor cycling track in 2 years.</li> <li>5. He will complete special courses to have the right to referee at various competitions.</li> <li>6. I will train three times a week.</li> <li>7. She will join this sports club tomorrow.</li> <li>8. I will graduate from the coaching department next year.</li> </ol> <p><b>II. Complete the sentences with play, do, and go in the correct form.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. We _____ football every day.</li> <li>2. I _____ skiing last year.</li> <li>3. He _____ judo twice a week.</li> <li>4. How often to you _____ swimming?</li> <li>5. She often _____ cycling after work.</li> <li>6. I can't _____ basketball, because I'm too short.</li> <li>7. They love _____ aerobics.</li> <li>8. We should _____ skating next week.</li> </ol> <p><b>III. Complete the sentences with the following words:</b></p>

<p>воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;</p> <p>- образование основных грамматических конструкций иностранного языка;</p> <p>- нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;</p> <p>- все основные виды чтения;</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>- выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);</p> <p>- правильно и аргументированно сформулировать свою мысль в устной и письменной форме;</p> <p>- пользоваться языковой и</p>	<p><b><i>Points, facilities, points, scored, objectives, court, engage</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Basketball is a team sport in which two teams try to score _____ by throwing a ball through the top of a basketball hoop.</li> <li>2. This football-player _____ a goal in the last minute of the match.</li> <li>3. The team has been successful in achieving _____ .</li> <li>4. The tennis players had been on _____ for over two hours.</li> <li>5. Only 10% of adults _____ in regular exercise.</li> <li>6. There are a lot of sporting _____ in the UK.</li> <li>7. The youngest skier won the most _____ .</li> </ol> <p><b>IV. Прочитайте определение и напишите описанный вид спорта.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. People who play this sport are usually very tall. They get points by throwing a ball through a net. _____</li> <li>2. In this sport you go down hills very quickly. You wear two long thin objects on your boots. _____</li> <li>3. You usually do it indoors, but you can also do it outdoors, and even in the sea. You move your arms and legs to move through water _____</li> <li>4. Play this sport outside with two teams. You have to pass the ball to other players with your foot and try to kick the ball into the goal. You mustn't touch the ball with your hands. _____</li> <li>5. You usually do this sport outside (but it can be inside). You have to go round a track many times and be the first one to go past the finish line. _____</li> <li>6. You often play this sport indoors, but you can also play it on a beach. There are two teams. First you have to throw a ball over a high net, then use your hands to stop the ball hitting the ground on your side. _____</li> </ol> <p><b>V. Answer the questions.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. What kind of sport do you go in for?</li> <li>2. Do you play draughts?</li> <li>3. Do you attend hockey matches?</li> <li>4. What football team do you support?</li> <li>5. Did you ever try figure-skating?</li> <li>6. Who usually likes tobogganing? What do spectators do at the stadiums?</li> <li>8. Where are boat-races held in Moscow?</li> <li>9. What is the most popular sport in Russia?</li> <li>10. Do Russian teams participate in international matches?</li> <li>11. Who coaches your volleyball team?</li> <li>12. Where are the Olympic Games – 2014 and the World Summer Universiade-2013 held?</li> <li>13. What is the difference between a "sport" and a "game"?</li> <li>14. What sports and games do you know?</li> <li>15. What is the most popular sports in Russia?</li> </ol>
--	---

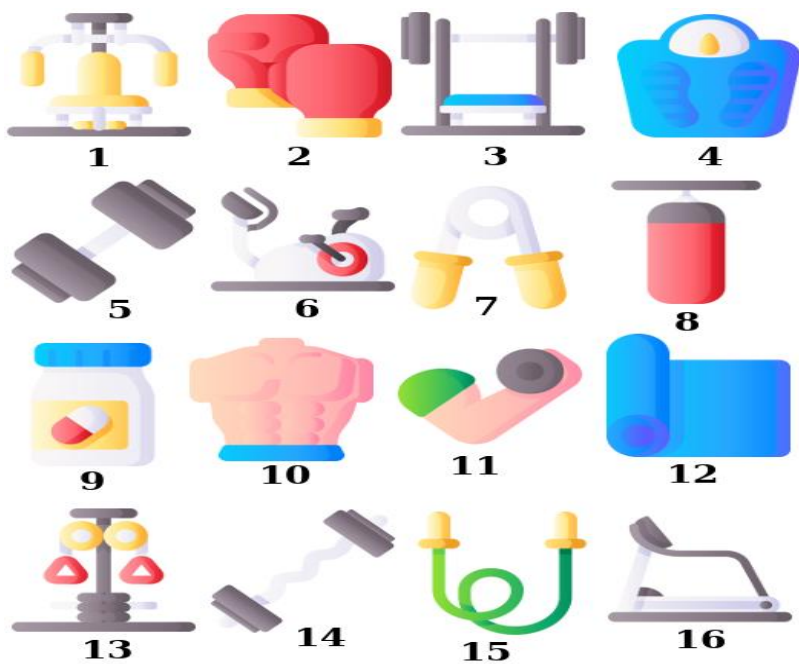
	<p>контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;</li> <li>- получать общее представление о прочитанном;</li> <li>- определять и выделять основную информацию текста;</li> <li>- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному;</li> <li>- определять важность (ценность) информации;</li> <li>- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык;</li> <li>- описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Контрольная работа № 2</b> <b>Раздел: «Я и физическая культура»</b></p> <p><b>I. Match types of exercises with definitions.</b></p> <p><i>Aerobics, Zumba, CrossFit, Powerlifting, Cardio, Resistance training, Bodybuilding, Yoga, Strength training, Pilates. Tai Chi</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. A type of exercise that combines rhythmic movement, stretching, and strength training to improve cardiovascular health and fitness.</li> <li>2. A sport focused on building muscle mass and achieving a well-defined, muscular physique through weight training and nutrition.</li> <li>3. Short for cardiovascular exercise, a type of physical activity that increases heart rate and improves heart, lung, and circulatory system function.</li> <li>4. A high-intensity fitness program that combines various functional movements, often including weightlifting, gymnastics, and metabolic conditioning.</li> <li>5. A low-impact exercise system that focuses on building core strength, flexibility, and muscle balance through controlled movements and breathing techniques.</li> <li>6. A strength sport that involves lifting heavy weights in three main exercises: the squat, bench press, and deadlift.</li> <li>7. An exercise method that involves working against resistance, such as weights or body weight, to build muscle strength and endurance.</li> <li>8. A type of exercise that focuses on building muscle strength and power through resistance exercises, such as weightlifting or bodyweight exercises.</li> <li>9. A Chinese martial art practiced for its health benefits, involving slow, flowing movements and deep breathing techniques to develop balance, flexibility, and relaxation.</li> <li>10. A physical, mental, and spiritual practice that originated in ancient India, involving various postures, breathing exercises, and meditation techniques to promote flexibility, strength, and inner peace.</li> <li>11. A dance-based fitness program that combines high-energy music with choreographed movements, often inspired by Latin dance styles, to provide a fun and effective cardiovascular workout.</li> </ol> <p><b>II. Give Russian equivalents of the following words and word combinations.</b></p> <p>Brief duration, invariably extends, short bursts, posture, bone density, the heart rate, widely used, cardiovascular training, to elevate, psychic capacities, to improve ability, healthy skeletal system, anaerobic exercises, circuit, to increase blood.</p> <p><b>III. Translate the following words and word</b></p>
--	---	--

**Имеет опыт:**  
 - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта;  
 - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия);  
 - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия)

**combinations from Russian into English.**

Мышечная масса, процесс подготовки, некоторое разногласие, точное значение, выступление, виды упражнений, означать, ткани, физические упражнения, не удивительно, упражнения на сопротивление, силовая тренировка, снижать мышечную боль, питательные вещества, повреждения.

**IV. Match words with picture numbers.**



1. skipping rope
2. dumbbell
3. treadmill
4. chest press
5. supplement
6. muscle
7. six-pack
8. punching bag
9. yoga mat
10. hand grip
11. stationary bike
12. weight scale
13. bench press
14. boxing glove
15. ez bar
16. gym machine

**V. Translate the following sentences from Russian into English.**

1. Существует много разновидностей упражнений.
2. Необходимо выполнять упражнения для укрепления сердечно-сосудистой системы.



		<p>3. Силовые тренировки необходимы для увеличения мышечной массы.</p> <p>4. Многие люди не понимают важности упражнений для развития гибкости.</p> <p>5. Спортивная тренировка является образовательным процессом.</p> <p>6. Аэробные упражнения длятся дольше, чем анаэробные.</p>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Контрольная работа	Не аттестован (Неудовлетворительно)	Студент выполнил работу не полностью или объем выполненной части работы не позволяет сделать правильные выводы. Не способен излагать свои мысли на иностранном языке: не владеет базовой лексикой и речевыми моделями, позволяющими высказываться на изученные темы письменно. Не понимает элементарные предложения, не владеет базовой лексикой, позволяющей понять содержание текста.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент выполнил работу не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильные результаты и выводы; в ходе проведения работы были допущены ошибки. Может излагать свои мысли на иностранном языке на среднем уровне. Использует грамматические конструкции достаточно правильно, допускает 3-4 ошибки в пределах изученного материала, некоторые из которых может исправить. Лексика содержит объем слов, недостаточный для письменного высказывания. Демонстрирует владение изученными речевыми моделями не в полном объеме. Читает и понимает адаптированную учебную литературу, содержащую изученную лексику и грамматические конструкции. Умеет извлекать основную информацию из простых текстов, однако иногда допускает ошибки. Не понимает смысл сложных и простых предложений. Понимает простые речевые модели.
	Средний (Хорошо)	Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий. Может излагать свои мысли на иностранном языке на хорошем уровне. Использует в письменной речи сложные и простые предложения. Владеет грамматикой на следующем уровне: допускает 2-3 грамматические ошибки в пределах изученного материала и сам может их исправить. Лексика содержит объем слов, необходимый для письменного высказывания.

		<p>Демонстрирует владение большинством изученных речевых моделей.</p> <p>Читает и понимает специальную, художественную литературу со словарем с некоторым трудом. Умеет извлекать информацию из текста в объеме, необходимом для понимания текста. Понимает основные изученные грамматические конструкции. Демонстрирует понимание большинством изученных речевых моделей.</p>
	<p>Высокий (Отлично)</p>	<p>Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий; правильно и аккуратно выполнил все задания. Может свободно излагать свои мысли на иностранном языке на уровне носителя языка. Строит сложные предложения. Постоянно поддерживает высокий уровень владения грамматикой: практически не допускает ошибок. Использует вводные слова. Лексика богатая, включает в себя большой синонимический ряд. Демонстрирует освоенность всех изученных речевых моделей.</p> <p>Может читать и понимать специальную, художественную и периодическую литературу без словаря. Умеет извлекать информацию из текста в полном объеме. Понимает все изученные грамматические конструкции. Демонстрирует понимание всех изученных речевых моделей.</p>

### Темы рефератов и презентаций

**Реферат** – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем реферата может достигать 10-15 стр.

#### *Примерные темы рефератов:*

#### **Раздел 4. “Я и моя будущая профессия”**

1. Влияние малоактивного образа жизни на здоровье человека.
2. Влияние осанки на здоровье человека.
3. Влияние дыхательной гимнастики на различные функции человека.
4. Азбука оздоровительного бега и ходьбы.
5. Главные заповеди в питании.
6. Ожирение и его последствия на различные функции организма.
7. Гимнастика и зрение.
8. Стретчинг и методика занятий.

#### **Требования к выполнению реферата**

1. Документ должен быть создан на компьютере, в программе Microsoft Word.
2. Распечатка реферата на одной стороне листа. Формат стандартный – А4.
3. Поля страницы: левое – 30 мм, правое, верхнее, нижнее – 20 мм.

4. Выравнивание текста – по ширине. Красная строка оформляется на одном уровне на всех страницах реферата. Отступ красной строки равен 1,25 см.
5. Шрифт основного текста – Times New Roman. Размер – 14 п. Цвет – черный. Интервал между строками – полуторный.
6. Оформление заголовков. Названия глав прописываются полужирным (размер – 16 п.), подзаголовки также выделяют жирным (размер – 14 п.). Названия разделов и подразделов прописывают заглавными буквами (ВВЕДЕНИЕ, ЗАКЛЮЧЕНИЕ).
7. Интервалы после названий и подзаголовков. Между названием главы и основным текстом необходим интервал в 2 пункта. Интервал между подзаголовком и текстом – 2 п. Между названиями разделов и подразделов оставляют двойной интервал.
8. Нумерация страниц. Отсчет ведется с титульного листа, но сам лист не нумеруют. Используются арабские цифры.
9. Правила оформления примечаний. Примечания располагают на той же странице, где сделана сноска.
10. Оформление цитат. Цитаты выделяются кавычками. Авторская пунктуация и грамматика сохраняется.
11. Нумерация глав, параграфов. Главы нумеруются римскими цифрами (Глава I, Глава II), параграфы – арабскими (1.1, 1.2).

**Презентация** – представление студентом наработанной информации по теме реферата в виде набора слайдов, подготовленных в выбранной программе.

**Примерные темы презентаций:**

**Раздел 4. “Я и моя будущая профессия”**

1. Аэробика для всех.
2. Гиподинамия и меры по её предупреждению.
3. Оптимальный двигательный режим – один из важнейших факторов сохранения и укрепления здоровья.
4. Тренировочные упражнения для лиц разного уровня подготовленности и здоровья.
5. Физические упражнения в режиме дня студента.
6. Особенности занятий физической культурой и спортом женщин.

**Критерии оценки презентации:**

<b>№</b>	<b>Критерии</b>	<b>Оценка</b>	<b>баллы</b>
<b>1</b>	Структура	количество слайдов соответствует содержанию и продолжительности выступления (для 7-минутного выступления рекомендуется использовать не более 10 слайдов) – наличие титульного слайда и слайда с выводами	<b>1</b>
<b>2</b>	Наглядность	иллюстрации хорошего качества, с четким изображением, текст легко читается – используются средства наглядности информации (таблицы, схемы, графики и т. д.)	<b>1</b>
<b>3</b>	Дизайн и настройка	оформление слайдов соответствует теме, не препятствует восприятию содержания, для всех слайдов презентации используется один и	<b>1</b>

		тот же шаблон оформления	
<b>4</b>	Содержание	презентация отражает основные этапы исследования (проблема, цель, гипотеза, ход работы, выводы, ресурсы) – содержит полную, понятную информацию по теме работы – орфографическая и пунктуационная грамотность	<b>1</b>
<b>5</b>	Требования к выступлению	– выступающий свободно владеет содержанием, ясно и грамотно излагает материал – выступающий свободно и корректно отвечает на вопросы и замечания аудитории – выступающий точно укладывается в рамки регламента (7 минут)	<b>1</b>
<b>Максимум</b>	<b>5 баллов</b>		

Создание мультимедийной презентации включает в себя пять этапов: планирование, разработка, репетиция, апробация и защита презентации.

При проектировании и разработке слайдов МП:

- целесообразно соблюдать единый стиль оформления, который бы не отвлекал от самой презентации;

- необходимо соблюдать сочетаемость цветов, использование не более трех цветов на слайде: один для фона, один для заголовка, один для текста; ограниченное количество объектов на слайде, цвет текста; цвета на всех слайдах одной презентации должны быть одинаковые;

- желательно использовать разнообразные виды слайдов: с текстом, таблицами, диаграммами;

- нежелательно использовать музыкальное фоновое сопровождение и злоупотреблять анимационными эффектами;

- нежелательно использовать курсив, шрифт с засечками, рубленый шрифт (различные варианты Arial илиTahoma);

- нежелательно применять фоновый рисунок, т.к. это снижает эффективность усвоения материала;

- необходимо использовать достаточно крупный шрифт текста (для заголовков не менее 24 размера, для информации – не менее 18);

- тип шрифта в одной презентации на всех слайдах за исключением первого должен быть постоянный; для выделения информации использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание;

- стремиться к простому и строгому дизайну слайдов, отдавая предпочтение холодным тонам фона (контраст, например фон – светлый, а шрифт – темный, или наоборот; рекомендуемые сочетания: белый на темно-синем, черный на белом);

- слайды не должны быть перегружены: ограничиться пятью строками на слайде и пятью словами в строке, оптимальное количество строк на слайде – от 6 до 11; – пункты перечней – короткие фразы: максимум две строки на фразу, оптимально – одна строка;

- необходимо использовать оптимальное количество слайдов (10–15); смена слайдов каждые 1,5–2 минуты.

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы. Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины. Не использованы информационные технологии (Power Point). В представленной информации имеются ошибки. Нет ответов на заданные вопросы. Коммуникативные навыки не демонстрируются или их уровень очень низкий.
	Низкий (Удовлетворительно)	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы. Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна. Использован 1-2 профессиональный термин. Используются информационные технологии, но качество презентации низкое: отсутствует наглядность и логика изложения информации, восприятие информации затруднено. В представленной информации имеются ошибки. Ответы на заданные вопросы вызывают затруднение и/или студент отвечает только на элементарные вопросы. Демонстрирует достаточные для восприятия информации коммуникативные навыки.
	Средний (Хорошо)	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы. Представляемая информация систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов. Используются информационные технологии (Power Point), удовлетворительное качество презентации: материал изложен ясно и логично, достаточный уровень наглядности для восприятия информации. Ответы на вопросы полные и/или частично полные. Демонстрирует высокий уровень коммуникативных навыков, удерживая внимание аудитории
	Высокий (Отлично)	Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы. Представляемая информация

		<p>систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов. Широко использованы информационные технологии (PowerPoint). Качество презентации: высокий уровень наглядности и логика изложения материала способствуют эффективному восприятию информации. Отсутствуют ошибки в представляемой информации. Отвечает на вопросы полно, с приведением примеров и/или пояснений. Демонстрирует высокий уровень коммуникативных навыков, удерживает внимание аудитории и вызывает положительную эмоциональную реакцию слушателей доклада.</p>
--	--	---

### 3. Вопросы для проведения промежуточной аттестации

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК-4	<p><i>Владеет навыками публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта</i></p>	<p><b><u>Примеры структуры и содержания экзаменационного билета:</u></b></p> <p><b>I.</b> Чтение и устный перевод текста, осуществление контроля общего содержания в форме составления 5 вопросов к тексту (время на подготовку - 20 мин.);</p> <p><b>II.</b> Устно-речевое сообщение в форме монологического высказывания по изученной тематике (15-20 предложений, время на подготовку – 5 мин.)</p> <p><b>I. Примерные тексты для чтения и устного перевода</b></p> <p><b>1. Physical Exercise</b></p> <p>Physical Exercise is one of the best ways of keeping depression away. It improves your body and your mind and enables you to perform better in the workplace and at home.</p> <p>Proper breathing is essential if you want to get the most from exercise and you should also take into consideration your heart rate. It can be harmful to do too much, that is why all good fitness instructors emphasize the importance of ‘listening to your body’.</p> <p>When you first start you should use good judgment, because it’s easy to make the mistake of using the equipment incorrectly or doing too much at one time. Start slowly and build up gradually.</p>

## **2. Health benefits to exercise**

Exercises are essential for maintaining a well-toned body, good health and fitness levels for improving the immunity system of the body. Exercises are very similar to the regular cleansing involved for keeping your face clean and healthy. There are various exercises which provide health benefits for you and keep your weight well balanced. With the help of these exercises the body flushes out some of the harmful toxins and energies. Hence our internal system is able to work much better and blood is pumped to the heart and other organs.

Through exercises our body has better flow of oxygen, which is another advantage for your health. Different forms of exercises are there, which include some exercises for losing weight faster. Usually, people try out different forms of exercises in the hope of being able to get faster results. Then there are some exercises, which are done to increase the muscle mass in the body. Most of these include exercises like weight training and strength training that helps those with lean bodies to get good shapes.

## **3. How to improve fitness instructor skills**

It is no secret that fitness instructors have a lot of responsibility. Not only are they responsible for helping their clients stay in shape and improve their overall fitness, but they also need to be able to manage their time, keep up with the latest trends in the fitness industry, and be able to handle any challenges that may come their way.

That being said, there are a few key things that fitness instructors can do to improve their skills and become even better at their jobs. Here are just a few:

### **1. Keep up with the latest trends**

The fitness industry is always changing, and new trends are always emerging. It's important for fitness instructors to stay up-to-date on the latest trends so they can incorporate them into their classes and help their clients stay ahead of the curve. There are a few ways to do this, such as reading fitness magazines or blogs, following fitness influencers on social media, or attending conferences or workshops.

### **2. Get certified**

While it's not required, getting certified can definitely help you improve your skills as a fitness instructor. There are many different certification programs available, so you can choose one that best fits your needs and interests. Getting certified will not only

give you more knowledge about the industry, but it will also make you more credible in the eyes of your clients.

### 3. Take continuing education courses

Just like in any other profession, continuing education is important for fitness instructors. There are many different courses available that can help you learn new techniques, stay up-to-date on the latest research, and expand your knowledge base. Plus, taking continuing education courses shows your clients that you're committed to your job and that you're always looking for ways to improve.

### 4. Use technology

Technology can be a great asset for fitness instructors. There are many apps and online tools that can help you plan and deliver your classes, track your client's progress, and even market your business. Utilizing technology can help you save time and be more organized, both of which will help you improve your skills as a fitness instructor.

### 5. Get feedback from clients

One of the best ways to find out how you're doing as a fitness instructor is to get feedback from your clients. After each class or session, take some time to ask your clients how they felt about the class, what they liked or didn't like, and if there was anything you could improve upon. This feedback will be invaluable in helping you fine-tune your teaching style and make sure you're meeting your client's needs.

## **4. Physical activity and a healthy mode of life**

Physical activity is very important in our life. It is popular among young and old people.

Many people do morning exercises, jog in the morning, train themselves in clubs, in different sections and take part in sport competitions. Other people like sports too, but they only watch sports games, listen to sports news.

Physical training is an important subject at school. A lot of different competitions are held at schools, a great number of pupils take part in them. All participants try to get good results and become winners. Sport helps people to keep in good health. If you go in for sports, you have good health and don't catch cold.

## **5. Vital benefits of exercising**

Some of the most vital benefits of exercising are that the person performing the same is able to gain more confidence and self-esteem. This happens because they are more confident with their bodies and they are able to appear more confident and healthier. With the help of



different forms of exercises you can target your problem areas also. For example, aerobic exercises and cardio exercises help in losing fat. The muscle training exercises enhance the strength and stamina of the body.

With the help of these exercises you can reduce the risk of diseases as the body is able to lose fat. This also helps the body to avoid the risks of cardiac diseases like high cholesterol levels and other related problems. Hence exercises can help you to lose both fat and calories in larger proportions. Thus, you should try and perform exercises regularly rather than trying to exercise for longer hours, on just two days a week. You can get the best results through exercising, if you perform the same at least 3–5 times a week for duration of 40–50 minutes.

With the help of these exercises the flexibility of the body also improves and thus you are able to perform other chores with much ease. People with back problems or other kinds of joints problems also can get rid of the pain through exercises. Other severe problems like arthritis are cured through these exercises because this disease can only be controlled and there is no permanent solution to the same. Regular exercises for the problems of the back and the joints can help you to get rid of the same.

### **6. Fitness Strategies and Benefits (1)**

Here are the many types of fitness training, with their benefits.

#### ***Stretching***

Concentrates on improving the flexibility of muscles and joints. Stretching requires no fitness equipment. Types of stretching include Yoga and Pilates. Whether you decide to stretch before, after or during your exercise routine, there is no doubt that stretching should be included every time you exercise. It keeps your body agile while engaging in any type of resistance or cardio training routine.

#### ***Benefits of stretching:***

Improves flexibility

Increases range of motion

Promotes relaxation

Improves performance and posture

Reduces stress on your body and reduces risk of injury for any resistance training routines or athletic performance

#### ***Strength Training, Weight Training or Resistance Training***

Concentrates on improving muscle strength. Strength training or weight training may require you to lift free weights or use equipment that makes you push

against a resistance or lift a weight using a pulley system. It may also be called resistance training because you are putting resistance on your muscles to improve them. In resistance training you may use tools like rings and tubes rather than weights. Some exercises also allow you to use your own body as resistance. For instance, abdominal crunches can be part of a strength or resistance training routine. Strength training should be included in an exercise routine.

*The benefits of resistance and strength training:*

Helps you lose weight in two ways: improves your muscle mass and increases your energy expenditure, both make you to burn more calories.

Helps you tone and look better even if you are not overweight.

Gives you more strength and endurance

Increases bone density

Has cardiovascular benefits

## **7. Fitness Strategies and Benefits (2)**

### ***Cardiovascular or Aerobic Training***

Aimed at improving your heart muscle and cardiovascular system. Cardiovascular training or aerobic training may be accomplished in several ways and you don't need to spend any money. Walking, jogging, skipping rope, boxing, dancing, riding a bike - any of these qualify as aerobic exercise. Cardiovascular training should be an essential element of your fitness routine.

*Benefits of cardiovascular training:*

Strengthens your heart

Helps you lose weight and reduce fat

Increases your endurance

### ***Interval Training or Anaerobic Training***

Aimed at improving aerobic endurance for athletes. Interval training is characterized by repetitions of heavy exercise with a recovery period following each repetition. For instance, you might sprint for 10 seconds and then follow that sprint with a two minute recovery jog. Then you repeat the sprint/jog routine for about 20 minutes. During the sprinting you are producing a state of oxygen debt. This can also be called anaerobic training because you are out of oxygen. Circuit training is also a form of interval training.

*Benefits of Interval Training:*

Improves athletic endurance

Strengthens the heart muscle

Improves the lungs or the ability to take in oxygen

### ***Cross Training***

Aimed at improving aerobic endurance, strength and flexibility in athletes. Can also help fight boredom for anyone who exercises. Type of training that requires

		<p>you to do two or more types of exercise either within the same routine or in successive routines. For example, you may stretch every day for flexibility, lift weights two days a week for strength training, and ride a bike once a week for aerobic endurance.</p> <p><b><i>Circuit Training</i></b></p> <p>Type of interval training aimed at losing weight and inches. Circuit training has been made popular by places like Curves and Ladies Workout Express. In circuit training you have several pieces of strength training equipment interspersed with aerobic equipment like steps or jogging pads. It has all the benefits of both cardiovascular and strength training workouts.</p> <p style="text-align: center;"><b>II. Темы для устно речевого сообщения</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Я и моя будущая профессия.</li> <li>2. Мое высшее учебное заведение.</li> <li>3. Соревнования и их роль в воспитании.</li> <li>4. Личность фитнес-тренера, инструктора.</li> <li>5. Спортивный зал и оборудование.</li> <li>6. Физическая культура в школе.</li> <li>7. Физическая культура в ВУЗе.</li> <li>8. Физическая культура в организациях дополнительного образования.</li> <li>9. Виды спортивных игр в школе.</li> <li>10. Виды спортивных упражнений в фитнес клубах и центрах.</li> <li>11. Спортивное образование в России и за рубежом.</li> <li>12. Здоровье и здоровый образ жизни.</li> <li>13. Физическое и умственное здоровье.</li> <li>14. Спортивное питание.</li> <li>15. Физическая культура и формирование характера.</li> <li>16. Тренировочный процесс.</li> <li>17. Этическая ответственность тренера.</li> <li>18. История, современное состояние и перспективы развития физической культуры.</li> <li>19. Физическая культура и наука</li> <li>20. Заслуженные деятели и их вклад в физическую культуру</li> </ol>
--	--	--

**Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

<b>Форма оценивания</b>	<b>Уровни оценивания</b>	<b>Критерии оценивания</b>
Ответ на вопрос билета на экзамене	Не аттестован (Неудовлетворительно)	Студент показывает слабый уровень профессиональных знаний, затрудняется при анализе практических ситуаций. Неправильно отвечает на поставленные вопросы или

		затрудняется с ответом. Не способен строить элементарные предложения: не владеет базовой лексикой, позволяющей высказываться на изученные темы устно.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент показывает недостаточные знания лекционного и практического материала. На поставленные вопросы затрудняется с ответами, показывает недостаточно глубокие знания. Владеет достаточными языковыми средствами, чтобы высказываться на устные темы, используя ограниченный ряд сложных предложений и конструкций в объеме 10 предложений. Использует грамматические конструкции достаточно правильно, допускает 3-4 ошибки в пределах изученного материала, некоторые из которых может исправить. Темп речи – ровный, со значительными паузами. Демонстрирует владение изученными речевыми моделями не в полном объеме.
	Средний (Хорошо)	Студент показывает достаточный уровень компетентности, знание лекционного и практического материала. Вопросы, задаваемые преподавателем, не вызывают существенных затруднений. Владеет языковыми средствами на уровне беглого высказывания на устные темы в объеме 20-15 предложений. Владеет грамматикой на следующем уровне: допускает 1-2 грамматические ошибки в пределах изученного материала и сам может их исправить. Продуцирует речь в ровном темпе, без заметных пауз. Демонстрирует владение большинством изученных речевых моделей.
	Высокий (Отлично)	Студент показывает высокий уровень компетентности, знание материала. На вопросы отвечает уверенно, по существу. Владеет разнообразным спектром языковых средств, чтобы говорить ясно на изученные темы на уровне носителя языка в объеме не менее 30-25 предложений. Постоянно поддерживает высокий уровень владения грамматикой: практически не допускает ошибок. Темп речи беглый, естественный. Демонстрирует освоенность всех изученных речевых моделей.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
Русский язык и культура речи

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

**РУССКИЙ ЯЗЫК И КУЛЬТУРА РЕЧИ**

*(наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)*

Направление подготовки: *49.03.01 Физическая культура*  
*(шифр, наименование)*

Направленность (профиль): *Физкультурно-оздоровительная деятельность*  
*(направленность (профиль) подготовки)*

Форма обучения *очная*  
*(очная/заочная)*

Автор (ы) ФОС: *Бекбулатова Г.Р., к.ф.н., доцент*  
*(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)*

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «2» марта 2022 года  
Протокол № 8.

Казань - 2022

**1.ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ  
ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ  
АТТЕСТАЦИИ**

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-4	<p><i>ПС «Тренер»</i>  <i>D/03.6. Методическое сопровождение деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта</i></p> <p><i>ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</i>  <i>D/05.6. Управление процессами консультирования по вопросам развития физической культуры и спорта</i></p>	<p><i>Знания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества;</li> <li>- основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;</li> <li>- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках;</li> </ul>
УК-4		<p><i>Умения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);</li> <li>- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме;</li> <li>- получать общее представление о прочитанном;</li> <li>- определять и выделять основную информацию текста;</li> <li>- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному;</li> <li>- определять важность (ценность) информации;</li> </ul>
УК-4		<p><i>Навыки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта;</li> <li>- публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия);</li> <li>- аргументированного изложения</li> </ul>

		своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта
--	--	---

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b> <i>Культура речи как составляющая общей культуры тренера по фитнесу. Нормативный аспект культуры речи тренера по фитнесу</i>	УК-4	Практическая работа Реферат/презентация на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	УК-4	Контрольная работа № 1	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b> <i>Функциональные стили речи. Коммуникативный и этический аспекты культуры речи тренера по фитнесу</i>	УК-4	Деловая игра	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	УК-4	Контрольная работа № 2	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
УК-4	Ответ на вопрос к зачету	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При промежуточной аттестации **на зачете** оценки из 100-балльной системы переводятся в традиционную согласно таблице перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка
50 и менее	Не зачтено
51 – 100	Зачтено

**2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ**  
**Практические работы**

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
УК-4	<b>Знает:</b> - основы делового общения, способству	<i>Задание 1.</i> <i>Распределите слова и выражения по следующим группам:</i> <i>а) стилистически нейтральные;</i> <i>б) характерные для возвышенного стиля художественной литературы;</i>



	<p>ющие развитию общей культуры и социализац ии общества; - основные понятия и термиоло гию на русском и иностранны х языках в области физической культуры и спорта, образова ния, сферы профессио нальной деятельнос ти в соответст вии с направленн остью ОПОП; - правила словообраз ования лексических единиц, правила их сочетаемос ти и правила употреблен ия в русском и иностранны х языках;</p>	<p>в) для научного стиля; г) для официально-делового стиля; д) для публицистического стиля; е) для разговорного стиля и просторечия.</p> <p>Глаза, очи, зенки, исполняющий обязанности, гуманность, читалка, теорема, множество, много, обжора, миролюбивый, тучный, проводить анализ, подписка о невыезде, контракт, спикер, украсть, вещать, лицо, лик, рентген, пять, пятерка, объект и предмет исследования, уведомить, ликвидировать, принять меры, держава, ампер, притча во языцех, трепать языком, погода, потребительская корзина, стипа, испить чашу до дна, палеозойская эра, ввиду неурожая.</p> <p>Задание 2. Устраните речевые ошибки, связанные с управлением. 1. Ответ по заявлению был получен немедленно. 2. Движение по трассе было прервано благодаря снежным заносам. 3. Работы на пришкольном участке проводились согласно указаний учителя. 4. В выходные дни наша семья бывает в опере. 5. К сожалению, некоторые ученики не выполняют домашние задания. 6. Успехи наших физкультурников не должны заслонять недостатки, которые все еще имеются. 7. Вы должны будете отчитаться о проделанной работе. 8. Мальчик бросил камнем в воду. 9. Учитель дал нам подробное разъяснение о допущенных ошибках. 10. Вследствие предстоящего отъезда необходимо собрать вещи. 11. Ученикам дежурного класса было поручено наблюдать порядок на перемене. 12. Оценка В.Г. Белинского романа «Евгений Онегин» была чрезвычайно высоко.</p>
УК-4	<p><b>Знает:</b> - основы делового общения, способств ующие развитию общей культуры и</p>	<p>Задание 3. Составьте резюме по следующей структуре, учитывая особенности официально-делового стиля.</p> <p><b>1. Желаемая должность</b> Должность, на которую соискатель претендует при поиске работы.</p> <p><b>2. Фамилия, имя и отчество соискателя</b></p> <p><b>3. Дата рождения</b></p> <p><b>4. Контактная информация</b> (контактные телефоны, электронный адрес, адрес проживания).</p>

<p>социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском и иностранных языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранных языках;</p>	<p><b>5. Зарплатные ожидания</b></p> <p><b>6. Профессиональные навыки</b> (знание теории и методики обучения базовым видам спорта, знание теории и методики обучения избранному виду спорта, навыки организации тренировочного процесса, навыки организации соревнований, навыки судейства и т.д.).</p> <p><b>7. Образование</b> Наименование учебного заведения (ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма»), период обучения, квалификация.</p> <p><b>8. Дополнительное образование</b> Участие в тренингах, курсах, семинарах, конференциях и т.п.</p> <p><b>9. Опыт работы</b> Наименование и сфера деятельности организации, период работы, наименование должности, описание функциональных обязанностей и основных профессиональных достижений (начинать описание необходимо с последнего места работы, т.е. излагать информацию в обратном хронологическом порядке).</p> <p><b>10. Личностные качества</b> Профессиональные качества соискателя (5-10 качеств, максимально соответствующих вакансии, на которую претендуете).</p> <p><b>11. Дополнительные данные</b> Уровень владения ПК, знание специальных программ, владение оргтехникой, знание иностранных языков, уровень владения иностранным языком (начальный, продвинутый, свободное владение), сведения о семейном положении, готовность к командировкам, наличие водительского удостоверения</p> <p><b>12. Хобби, интересы, увлечения</b></p> <p><b>Фото</b> В верхнем углу резюме можно поместить фото. При составлении резюме важно помнить: все данные должны быть достоверными, резюме должно быть написано понятным языком, поэтому лучше избегать употребления разного рода аббревиатур и сложных терминов. При оформлении резюме желательно не использовать разнообразие шрифтов и размеров символов.</p>
---	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практическая работа	Не аттестован (Неудовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий уровень	Студент знает лишь основной материал; на

	(Удовлетворительно)	заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний уровень (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий уровень (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Деловая игра

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Деловая игра
УК-4	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выразить различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);</li> <li>- правильно и аргументированно сформулировать свою мысль в устной и письменной форме;</li> <li>- получать общее представление о прочитанном;</li> <li>- определять и выделять</li> </ul>	<p><i>Пример деловой игры по разделу «Функциональные стили речи. Композиция публичного выступления»</i></p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Что представляет собой публичная речь? В чем заключаются особенности речи спортсменов?</li> <li>2. Перечислите основные приемы изложения и объяснения содержания речи. В чем заключается специфика убеждающего монолога?</li> <li>3. Какие существуют основные этапы подготовки к конкретному выступлению?</li> <li>4. Что является главной составляющей подготовки к выступлению?</li> <li>5. Что реализуется в главной части выступления? С чего целесообразно начать подготовку темы: а) с определения проблем; б) с выписки цитат; в) с составления плана; г) с поиска материалов?</li> <li>6. Подготовьте план убеждающего монолога. Произнесите монолог публично.</li> </ol> <p><i>Темы для выступлений</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Красота спортивной лексики и умение ее замечать.</li> <li>2. Должен ли каждый человек заниматься спортом?</li> <li>3. Спортивный сленг: союзник или противник?</li> <li>4. Образ спортсмена в социальных сетях.</li> <li>5. Зависит ли наше будущее от учёбы?</li> <li>6. Надо ли нам учиться у Запада?</li> <li>7. Экология спорта.</li> <li>8. Стоит ли учиться за границей?</li> <li>9. Женские и мужские виды спорта.</li> <li>10. Нужен ли студенту автомобиль?</li> </ol>

	<p>основную информацию текста;</p> <p>- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному;</p> <p>- определять важность (ценность) информации;</p>	<p>11. «От сессии до сессии живут студенты весело»?</p> <p>12. Надо ли гнаться за успехом?</p> <p>13. «Спорт становится средством воспитания тогда, когда он – любимое занятие каждого» (В.А. Сухомлинский).</p> <p>14. «Если я цитирую других, то лишь для того, чтобы лучше выразить свою собственную мысль» (М. Монтень).</p> <p>15. «Спорт не воспитывает характер, а выявляет его» (Х. Браун).</p> <p>16. «Спорт – это здоровье. Спорт – это хорошее настроение. Спорт – это долголетие» (Э. Хемингуэй).</p>
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Деловая игра	Не аттестован (Неудовлетворительно)	Студент неполно изложил задание; при изложении были допущены существенные ошибки; результаты выполнения работы не удовлетворяют требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент неполно, но правильно изложил задание; при изложении была допущена 1 существенная ошибка; знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий; излагает выполнение задания недостаточно логично и последовательно; затрудняется при ответах на вопросы преподавателя; материал оформлен неаккуратно или не в соответствии с требованиями.
	Средний (Хорошо)	Студент неполно, но правильно изложил задание; при изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые он исправляет после замечания преподавателя; дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала; материал оформлен недостаточно аккуратно и в соответствии с требованиями.
	Высокий (Отлично)	Студент обстоятельно, с достаточной полнотой излагает соответствующую тему; дает

		правильные формулировки, точные определения, понятия терминов; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала. Материал оформлен аккуратно в соответствии с требованиями.
--	--	--

### Контрольная работа

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Контрольная работа
УК-4	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выразить различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);</li> <li>- правильно и аргументированно сформулировать свою мысль в устной и письменной форме;</li> <li>- получать общее представление о прочитанном;</li> <li>- определять и выделять основную информацию текста;</li> <li>- обобщать изложенные в тексте факты,</li> </ul>	<p><b>Примерные контрольные работы</b></p> <p><b>Контрольная работа № 1</b></p> <p><b>1. Назовите основные уровни и единицы языка.</b></p> <p><b>2. Назовите основные аспекты культуры речи, дайте определение этим аспектам.</b></p> <p><b>3. В предложениях найдите и исправьте ошибки:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Я хочу представить слово господину Кравцову.</li> <li>2) Вчера нами был получен очень важный месседж.</li> <li>3) В последнее время стали появляться статьи, в которых предлагается новое понимание о том, какая должна быть речь.</li> <li>4) Наберите в себе силы сделать первый шаг.</li> <li>5) Мы вышли из-за стола не сладко хлебавши.</li> <li>6) Я бы спросил только один вопрос.</li> <li>7) Посмотрим, куда будет дальше развиваться ситуация.</li> <li>8) Ваше предложение ни на чем не обосновано.</li> <li>9) Она у нас такой выдумщик.</li> <li>10) На этой встрече приняли участие представители многих партий.</li> </ol> <p><b>4. Объясните значение следующих слов:</b> Брифинг, интервенция, ипохондрик, конгломерат, консалтинг, респондент, мизантроп.</p> <p><b>5. Составьте словосочетания с данными паронимами:</b> Архаический – архаичный, выборный – выборочный, гармонический – гармоничный, демократический – демократичный, длинный – длительный, добровольный – добровольческий, драматичный – драматический, надеть – одеть.</p> <p><b>6. Объясните значение следующих фразеологизмов и крылатых выражений:</b> Держать в курсе, зайти в тупик, звезда первой величины, плясать под чью-то дудку, пожинать плоды, вгонять в краску.</p> <p><b>7. От данных слов образуйте формы единственного числа, если это возможно. Обратите внимание на то, не изменилось ли при этом лексическое значение слова.</b> Бега, белила, беседы, брюки, бутсы, браслеты, вафли, весы, всходы, вещи, выборы, галеты, георгины, дома, деньги, дрова, загадки, жмурки, кабинеты, клавиши, консервы, каникулы, мелочи.</p> <p><b>8. К существительным подберите прилагательные:</b> Пенальти, рефери, жюри, УЕФА, ФИФА, вуз, ФИДЕ, ЦСКА, «ура», «здравствуйте».</p>

	<p>делать выводы по прочитанному;</p> <p>- определять важность (ценность) информации;</p>	<p><b>9. От существительных образуйте форму Родительного падежа множественного числа:</b> Англичане, монголы, армяне, калмыки, болгары, шорты, мокасины, гетры, бутсы, кеды.</p> <p><b>10. Раскройте скобки, употребляя слова в нужной форме:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Большинство спортсменов, несмотря на усталость, (был.. готов..) к новым играм.</li> <li>2. На столе (лежать) блокнот, стопка бумаги и два карандаша.</li> <li>3. Большинство игроков команды (борол..сь) за победу самоотверженно.</li> <li>4. В разработке проекта (принимать участие) три научно-исследовательских института.</li> <li>5. Некоторая часть наших сотрудников еще (нужда..тся) в подготовке.</li> </ol>
УК-4	<p><b>Умеет:</b></p> <p>- выразить различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);</p> <p>- правильно и аргументированно сформулировать свою мысль в устной и письменной форме;</p> <p>- получать общее представление о прочитанном;</p> <p>- определять и выделять основную информацию текста;</p> <p>- обобщать изложенные в тексте факты,</p>	<p><b>Контрольная работа № 2</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Назовите основные коммуникативные качества речи.</li> <li>2. Перечислите основные подстили официально-делового стиля.</li> <li>3. Укажите значение понятий «социальный статус» и «социальная роль».</li> <li>4. Укажите правильное написание <b>Н</b> и <b>НН</b> в следующих словосочетаниях, запишите словосочетания: 1) скамьи покраше..ы, труже..ик 2) эмалирова..я посуда, вязан..ый мамой свитер; 3) девушка взволнова..а; девочка воспита..а бабушкой; 4) изыска..ые манеры, осе..ий ледя..ой ветер.</li> <li>5. Проанализируйте текст письменно. Определите стиль данного текста. Какие тропы и фигуры вы можете указать в приведенном отрывке? Какова их роль?</li> </ol> <p>Кстати, в плане присутствия иностранных арбитров, Москва тоже оказалась впереди. На первом этапе работали исключительно американские судьи, на втором среди местных арбитров затесался один представитель Гонконга, территория которого входит в состав китайского государства, а у нас иностранцев было аж целых два. Причем один – из отнюдь не соседней Голландии! Это Жерон Принс, входящий в число самых авторитетных специалистов ISU и заслуживший у наших болельщиков плохую репутацию своими придирками к россиянам на турнирах последних лет.</p> <p>Бог весть, каким ветром Принса занесло к нам в разгар пандемии через множество закрытых границ. В Москве он судил соревнования в парном катании в составе так называемой технической бригады (это три человека, которые не ставят «плюс-минусы» и компоненты, а определяют уровень сложности элементов и фиксируют недокруты с падениями) – и именно эта техбригада в пятничной короткой программе влепила балл штрафа за превышение лимита времени Александре Бойковой и Дмитрию Козловскому.</p> <p><b>6. Определите стиль и тип речи. Какие тропы и фигуры вы можете указать в приведенном отрывке? Какова их роль?</b></p> <p>Незадолго до первой мировой войны газеты всего мира сообщили о трагической гибели огромного океанского парохода «Титаник», предназначенного для регулярных пассажирских рейсов между Европой и Америкой. В открытом море «Титаник» наскочил на плавающую ледяную гору – айсберг. В первые же минуты</p>

	<p><i>делать выводы по прочитанному;</i></p> <p>-</p> <p><i>определять важность (ценность) информации;</i></p>	<p>катастрофы обнаружилось, что спасти удастся только женщин, детей, да и то не всех. Ужас охватил находившихся на пароходе... И тут произошло нечто невероятное. На верхнюю палубу вышли музыканты симфонического оркестра, ехавшего на «Титанике» и дававшего по вечерам концерты для пассажиров. Они вышли со своими инструментами, расселись в таком же порядке, как всегда сидели на концертах, и заиграли... Заиграли Третью симфонию Бетховена. Героическую симфонию героического композитора. Симфонию великого музыканта, чья жизнь и чье творчество были насыщены неустанной, напряженной борьбой против жестоких ударов судьбы, обрушивавшихся на него с первых до последних дней жизни, борьбой с горем, нуждой, унижениями и несправедливостью, борьбой за жизнь, за счастье, за радость... Смертельно раненный «Титаник» погибал медленно, мучительно долго, словно не хотел расставаться с жизнью. Сотни людей, обреченных вместе с ним на гибель, слушали музыку бетховенской симфонии, и эта музыка укрепляла их волю, вливала в них мужество, уберегала от паники, от душевных мук, от сумасшествия, от всего, что неизбежно угрожало каждому, кто находился в эти минуты на тонувшем корабле. Какой могучей силой должна обладать музыка, способная оказать людям поддержку в такую трагическую минуту жизни, помочь им сохранить душевное равновесие, человеческое достоинство. (Д. Кабалевский)</p> <p><b>7. Расставьте знаки препинания в следующих предложениях:</b></p> <p>1. Я очень люблю весну и когда проступает молодая зелень спешу в лес чтобы насладиться первыми минутами возрождения природы.</p> <p>2. Все студенты уехавшие на практику должны вернуться к началу учебного семестра.</p> <p>3. К сожалению нам не удалось уговорить его остаться.</p> <p>4. В организации внешнего театрального действия Чехов по мнению многих критиков отступил от канонов классической драмы.</p> <p>5. Таким образом конфликт был разрешен.</p> <p>6. Недаром этот рассказ так волнует так неуловимо печален.</p> <p>7. Разговор о смысле бытия либо так бесконечно сложен что начинать его страшно либо напротив очень прост.</p> <p>8. В семье брата она чувствовала себя как за каменной стеной.</p> <p><b>8. Укажите основные характеристики публицистического стиля:</b></p> <p>1) понятная точность, подчеркнутая логичность, терминологичность, отсутствие чувств и переживаний автора; 2) социальная оценочность, массовость, демократичность, доступность;</p> <p>3) минимум требований к форме выражения мыслей; 4) предельная точность, не допускающая разночтений.</p> <p><b>9. Укажите фигуру речи, которой соответствует определение:</b></p> <p>_____ – стилистическая фигура, служащая для усиления выразительности речи путем резкого противопоставления понятий, мыслей, образов.</p> <p>1) Эллипсис 2) Градация 3) Антитеза 4) Анафора</p> <p><b>10. В отрывках из текстов, принадлежащих к разным стилям, употребить простые или сложные формы степеней сравнения, объясняя свой выбор.</b></p> <p>1. С того вечера она стала еще (более веселой, веселее, повеселее),</p>
--	--	--

		с беззаботной ловкостью прыгала между носилками, шутила с бойцами (Повесть). 2. Разработка этого месторождения является (наиболее сложной, сложнейшей) задачей (научная статья). 3. Все это требует от участников конкурса (серьезнейшего, самого серьезного) обдумывания (Из газет).
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Контрольная работа	Не аттестован (Неудовлетворительно)	Студент выполнил работу не полностью или объем выполненной части работы не позволяет сделать правильные выводы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент выполнил работу не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильные результаты и выводы; в ходе проведения работы были допущены ошибки.
	Средний (Хорошо)	Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, но допустил 2-3 ошибки.
	Высокий (Отлично)	Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий; правильно выполнил все задания; правильно выполняет анализ ошибок.

### Темы рефератов и презентаций

**Реферат** – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем реферата может достигать 10-15 стр.

#### **1. Примерные темы рефератов и презентаций по разделам:**

##### **Раздел 1. Культура речи как составляющая общей культуры тренера по фитнесу.**

1. Паронимы и омонимы в речи тренера по фитнесу.
2. Лексическая антонимия (оксюмороны).
3. Синонимы в спорте.
4. Лексика пассивного и активного словаря.
5. Лексическая избыточность (плеоназм и тавтология).

##### **Раздел 2. Нормативный аспект культуры речи тренера по фитнесу.**

1. Словари и речевая культура. Приемы обогащения речи.
2. Фразеологизмы и крылатые слова в речи тренера по фитнесу.
3. Профессиональный спортивный жаргон.
4. Использование терминов в речи тренеров по фитнесу.
5. Грамматические ошибки в речи тренеров по фитнесу.

##### **Раздел 3. Функциональные стили речи. Особенности жанров спортивной публицистики.**

1. Понятие стиля. Разновидности стилей современного русского языка.
2. Особенности языка спортивной прессы.
3. Особенности устной формы официально-делового стиля.
4. Основные разновидности и жанры научного стиля.



5. Культура делового общения в области спорта.

**Раздел 4. Коммуникативный и этический аспекты культуры речи тренера по фитнесу.**

1. Коммуникативные качества речи, обеспечивающие оптимальное общение тренеров по фитнесу.
2. Речевой этикет как составляющая профессионального имиджа тренера по фитнесу.
3. Афоризмы о спорте.
4. Языковая личность тренера по фитнесу.
5. Правила вербального этикета.

**2. Требования к оформлению реферата**

12. Документ должен быть создан на компьютере, в программе MicrosoftWord.
13. Распечатка реферата на одной стороне листа. Формат стандартный – А4.
14. Поля страницы: левое – 30 мм, правое, верхнее, нижнее – 20 мм.
15. Выравнивание текста – по ширине. Красная строка оформляется на одном уровне на всех страницах реферата. Отступ красной строки равен 1,25 см.
16. Шрифт основного текста – TimesNewRoman. Размер – 14 п. Цвет – черный. Интервал между строками – полуторный.
17. Оформление заголовков. Названия глав прописываются полужирным (размер – 16 п.), подзаголовки также выделяют жирным (размер – 14 п.). Названия разделов и подразделов прописывают заглавными буквами (ВВЕДЕНИЕ, ЗАКЛЮЧЕНИЕ).
18. Интервалы после названий и подзаголовков. Между названием главы и основным текстом необходим интервал в 2 пункта. Интервал между подзаголовком и текстом – 2 п. Между названиями разделов и подразделов оставляют двойной интервал.
19. Нумерация страниц. Отсчет ведется с титульного листа, но сам лист не нумеруют. Используются арабские цифры.
20. Правила оформления примечаний. Примечания располагают на той же странице, где сделана сноска.
21. Оформление цитат. Цитаты выделяются кавычками. Авторская пунктуация и грамматика сохраняется.
22. Нумерация глав, параграфов. Главы нумеруются римскими цифрами (Глава I, Глава II), параграфы – арабскими (1.1, 1.2).

**Требования к оформлению презентации**

**Презентация** – представление студентом наработанной информации по теме реферата в виде набора слайдов, подготовленных в выбранной программе.

**Критерии оценки презентации:**

<b>№</b>	<b>Критерии</b>	<b>Оценка</b>	<b>баллы</b>
<b>1</b>	Структура	количество слайдов соответствует содержанию и продолжительности выступления (для 7-минутного выступления рекомендуется использовать не более 10 слайдов) – наличие титульного слайда и слайда с выводами	<b>1</b>
<b>2</b>	Наглядность	иллюстрации хорошего качества, с четким изображением, текст легко читается – используются средства наглядности информации (таблицы, схемы, графики и т. д.	<b>1</b>

<b>3</b>	Дизайн и настройка	оформление слайдов соответствует теме, не препятствует восприятию содержания, для всех слайдов презентации используется один и тот же шаблон оформления	<b>1</b>
<b>4</b>	Содержание	презентация отражает основные этапы исследования (проблема, цель, гипотеза, ход работы, выводы, ресурсы) – содержит полную, понятную информацию по теме работы – орфографическая и пунктуационная грамотность	<b>1</b>
<b>5</b>	Требования к выступлению	– выступающий свободно владеет содержанием, ясно и грамотно излагает материал – выступающий свободно и корректно отвечает на вопросы и замечания аудитории – выступающий точно укладывается в рамки регламента (7 минут)	<b>1</b>
<b>Максимум</b>		<b>5 баллов</b>	

Создание мультимедийной презентации включает в себя пять этапов: планирование, разработка, репетиция, апробация и защита презентации.

При проектировании и разработке слайдов МП:

- целесообразно соблюдать единый стиль оформления, который бы не отвлекал от самой презентации;

- необходимо соблюдать сочетаемость цветов, использование не более трех цветов на слайде: один для фона, один для заголовка, один для текста; ограниченное количество объектов на слайде, цвет текста; цвета на всех слайдах одной презентации должны быть одинаковые;

- желательно использовать разнообразные виды слайдов: с текстом, таблицами, диаграммами;

- нежелательно использовать музыкальное фоновое сопровождение и злоупотреблять анимационными эффектами;

- нежелательно использовать курсив, шрифт с засечками, рубленый шрифт (различные варианты Arial или Times);

- нежелательно применять фоновый рисунок, т.к. это снижает эффективность усвоения материала;

- необходимо использовать достаточно крупный шрифт текста (для заголовков не менее 24 размера, для информации – не менее 18);

- тип шрифта в одной презентации на всех слайдах за исключением первого должен быть постоянный; для выделения информации использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание;

- стремиться к простому и строгому дизайну слайдов, отдавая предпочтение холодным тонам фона (контраст, например фон – светлый, а шрифт – темный, или наоборот; рекомендуемые сочетания: белый на темно-синем, черный на белом);

- слайды не должны быть перегружены: ограничиться пятью строками на слайде и пятью словами в строке, оптимальное количество строк на слайде – от 6 до 11; – пункты перечней – короткие фразы: максимум две строки на фразу, оптимально – одна строка;

– необходимо использовать оптимальное количество слайдов (10–15); смена слайдов каждые 1,5–2 минуты.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы. Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины. Не использованы информационные технологии (PowerPoint). В представленной информации имеются ошибки. Нет ответов на заданные вопросы. Коммуникативные навыки не демонстрируются или их уровень очень низкий.
	Низкий (Удовлетворительно)	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы. Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна. Использован 1-2 профессиональный термин. Используются информационные технологии, но качество презентации низкое: отсутствует наглядность и логика изложения информации, восприятие информации затруднено. В представленной информации имеются ошибки. Ответы на заданные вопросы вызывают затруднение и/или студент отвечает только на элементарные вопросы. Демонстрирует достаточные для восприятия информации коммуникативные навыки.
	Средний (Хорошо)	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы. Представляемая информация систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов. Используются информационные технологии (PowerPoint), удовлетворительное качество презентации: материал изложен ясно и логично, достаточный уровень наглядности для восприятия информации. Ответы на вопросы полные и/или частично полные. Демонстрирует высокий уровень коммуникативных навыков,

	Высокий (Отлично)	<p>удерживая внимание аудитории</p> <p>Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы. Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов. Широко использованы информационные технологии (PowerPoint). Качество презентации: высокий уровень наглядности и логика изложения материала способствуют эффективному восприятию информации. Отсутствуют ошибки в представляемой информации. Отвечает на вопросы полно, с приведением примеров и/или пояснений. Демонстрирует высокий уровень коммуникативных навыков, удерживает внимание аудитории и вызывает положительную эмоциональную реакцию слушателей доклада.</p>
--	----------------------	--

### 3. Вопросы для проведения промежуточной аттестации

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК-4	<p><i>Владеет навыками - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта;</i></p> <p><i>- публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия);</i></p> <p><i>- аргументированного</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятие о современном русском языке.</li> <li>2. Происхождение русского языка.</li> <li>3. Заимствования в русском языке.</li> <li>4. Понятие о литературном языке. Норма.</li> <li>5. Толковые и другие лингвистические словари.</li> <li>6. Происхождение русской письменности.</li> <li>7. Разновидности нормы.</li> <li>8. Понятие об орфоэпии. Произносительная норма. Орфоэпические словари.</li> <li>9. Русское словесное ударение; тенденции его развития.</li> <li>10. Интонация, её компоненты.</li> <li>11. Грамматическая норма. Связь слов в предложении.</li> <li>12. Разряд числительных в русском языке. Количественные, порядковые, собирательные числительные, особенности их склонения.</li> <li>13. Понятие о стилистике и стилистическом значении. Функциональные стили речи.</li> <li>14. Научный стиль, научно-популярный подстиль научного стиля.</li> <li>15. Официально-деловой стиль, подстили и жанры делового стиля.</li> <li>16. Понятие о риторике. Композиция убеждающего монолога.</li> </ol>

	<p><i>изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта</i></p>	<p>17. Аргументация в публичной речи. Виды аргументов.  18. Современное состояние русского литературного языка.  19. Слово и его лексическое значение.  20. Синонимы, антонимы, приведите примеры.  21. Омонимы, омографы, паронимы, омофоны, приведите примеры.  22. Понятие современной культуры речи, ее компоненты и их содержательная сторона.  23. Что такое языковая норма.  24. Речевой этикет, качества хорошей речи. Речевой этикет в спорте.  25. Письменные формы речевого этикета.  26. Современные словари-справочники по культуре речи.  27. Основные нормы современного русского литературного языка в области фонетики и слово- и формообразования, наиболее часто встречающиеся отклонения от нормы. Ошибки в речи спортсменов.  28. Виды словарей и работа с ними.  29. Стилистическая окраска слов.  30. Основные стилевые черты и характерные особенности научного стиля.</p>
--	---	--

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

<b>Форма оценивания</b>	<b>Уровни оценивания</b>	<b>Критерии оценивания</b>
<p>Устный опрос (ответ на вопрос билета на зачете)</p>	<p>Не аттестован (Не удовлетворительно)</p>	<p>Студент показывает слабый уровень профессиональных знаний, затрудняется при анализе практических ситуаций. Не может привести примеры из реальной практики. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом.</p>
	<p>Низкий (Удовлетворительно)</p>	<p>Студент показывает недостаточные знания лекционного и практического материала, при ответе отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. На поставленные вопросы отвечает неуверенно, допускает ошибки. В ответе не всегда присутствует логика, приводятся недостаточно веские доказательства. На поставленные вопросы затрудняется с ответами, показывает недостаточно глубокие знания.</p>
	<p>Средний (Хорошо)</p>	<p>Студент показывает достаточный уровень компетентности, знание лекционного и практического материала. Ответ построен</p>

		<p>логично, привлекается информативный и иллюстративный материал, но при ответе выпускник допускает некоторые ошибки в теоретической части. Уверенно, профессионально, грамотно, ясно, четко излагает содержание вопроса. Студент знает материал, но при ответе допускает несущественные погрешности. Вопросы, задаваемые преподавателем, не вызывают существенных затруднений.</p>
	<p>Высокий (Отлично)</p>	<p>Студент показывает высокий уровень компетентности, знание материала, раскрывает не только основные понятия, но и анализирует их. Профессионально, грамотно, последовательно, четко излагает материал, аргументированно формулирует выводы. На вопросы отвечает уверенно, по существу.</p>

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ

49.03.01. Направление подготовки: Физическая культура

Физкультурно–оздоровительная деятельность

квалификация

*бакалавр*

Форма обучения: очная

Автор (ы) ФОС: Пайгунова Ю.В., к.п.н., доцент кафедры ПИП в сфере ФКИС

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «10» марта 2022 года  
Протокол № 9.

Казань – 2022

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК -3 УК 6	05.003 - Тренер 05.005 - Инструктор-методист 05.008 - Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта	<p>Знания: - функции и средства общения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.);</li> <li>- источники, причины и способы управления конфликтами;</li> <li>- методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий;</li> <li>- методы убеждения, аргументации своей позиции;</li> <li>- сущностные характеристики и типологию лидерства;</li> <li>- факторы эффективного лидерства;</li> <li>- основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития;</li> <li>- основы социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики;</li> <li>- современное состояние, стратегические цели и перспективу развития физической культуры и спорта;</li> <li>- принципы образования в течение всей жизни.</li> </ul> <p>Умения: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>планировать,</li> <li>- организовывать и координировать работы в коллективе</li> <li>- общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их</li> <li>- управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания;</li> <li>- анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе,</li> <li>поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу;</li> <li>- защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях;</li> </ul>



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий;</li> <li>- составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности;</li> <li>- устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- применять технологии развития лидерских качеств и умений;</li> <li>- применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы;</li> <li>- определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы;</li> <li>- разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде.</li> </ul> <p>Навыки: решения образовательных и спортивных задач в составе команды;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда</li> <li>- выявления поведенческих и личностных проблем обучающихся и спортсменов, связанных с особенностями их развития</li> <li>- формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся и спортсменов;</li> </ul>
--	--	--

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине

проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе  
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	УК-3 УК-6	Доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	УК-3 УК-6	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
				<b>макс:20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	УК-3 УК-6	Ситуационная задача	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	УК-3 УК-6	Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
				<b>макс: 20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной  
аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
УК-3 УК-6	Собеседование по вопросам к зачету/ тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
	Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

**2. ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ**  
**Доклад / Презентация**

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Темы доклада , презентации
УК – 3 УК – 6	Знания: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы	1. Объект, предмет, задачи и функции педагогики. 2. Основные категории педагогики. 3. Система педагогических наук. 4. Методология педагогики. Методологические принципы педагогики. 5. Методы педагогических исследований. 6. Педагогический процесс (структура и сущность). 7. Этапы педагогического процесса. 8. Воспитание у занимающихся

	<p>технологий;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы убеждения, аргументации своей позиции;</li> <li>- сущностные характеристики и типологию лидерства;</li> <li>- факторы эффективного лидерства;</li> <li>- основные закономерности развития, стадии и кризисы развития;</li> <li>- основы социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики;</li> <li>- современное состояние, стратегические цели и перспективу развития физической культуры и спорта;</li> <li>- принципы образования в течение всей жизни.</li> </ul> <p>Умения: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды планировать,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и координировать работы в коллективе</li> <li>- общаться с детьми, п достоинство, понимая и принимая их</li> <li>- управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания;</li> <li>- анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе,</li> </ul> <p>поддерживать в</p>	<p>негативного отношения ко всем видам антисоциального поведения и зависимостей человека от психоактивных веществ, алкоголя, табакокурения, компьютерной, экранной, игровой и других видов зависимостей.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>9. Самообразование и самовоспитание.</li> <li>10. Использование методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</li> <li>11. Характеристика воспитания как части педагогического процесса.</li> <li>12. Факторы воспитания.</li> <li>13. Современные подходы к воспитанию.</li> <li>14. Содержание и виды воспитания.</li> <li>15. Принципы воспитания.</li> <li>16. Методы и средства воспитания.</li> <li>17. Дидактика как наука.</li> <li>18. Структура процесса обучения.</li> <li>19. Методы и средства обучения.</li> <li>20. Формы организации обучения.</li> <li>21. Виды учебных занятий.</li> <li>22. Принципы обучения.</li> <li>23. Знаниевый подход в обучении.</li> <li>24. Компетентностный подход в обучении.</li> <li>25. Диагностирование обученности.</li> <li>26. Использование достижений психолого-педагогической науки и практики при планировании и построении занятий.</li> <li>27. Толерантность в педагогической деятельности.</li> <li>28. Система образования в России.</li> <li>29. Наследственность и развитие.</li> <li>30. Влияние среды на развитие личности.</li> <li>31. Развитие и воспитание.</li> <li>32. Возрастные и индивидуальные особенности развития.</li> <li>33. Профессионально —</li> </ol>
--	--	--

	<p>коллективе деловую, дружелюбную атмосферу;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях;</li> <li>- использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий;</li> <li>- составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности;</li> <li>- устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- применять технологии развития лидерских качеств и умений;</li> <li>- применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы;</li> <li>- определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы;</li> <li>- разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-</li> </ul>	<p>психологическая компетентность педагога.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>34. Профессиональный имидж педагога.</li> <li>35. Объект, предмет, задачи психологии.</li> <li>36. Этапы психологического исследования.</li> <li>37. Методы психологии.</li> <li>38. Этапы развития психологии.</li> <li>39. Фундаментальные и прикладные психологические науки.</li> <li>40. Психика и организм.</li> <li>41. Мозг и психика.</li> <li>42. Структура психики и ее основные функции.</li> <li>43. Структура сознания.</li> <li>44. Личность. Социализация личности.</li> <li>45. Я-концепция личности.</li> <li>46. Самооценка как компонент самосознания: ее структура и проявления.</li> <li>47. Деятельность (свойства, составляющие).</li> <li>48. Классификация видов деятельности и поведения человека.</li> <li>49. Функции, виды и структура общения.</li> <li>50. Вербальная и невербальная коммуникации.</li> <li>51. Конфликт, его типы, стадии.</li> <li>52. Конфликты: виды, формы, способы разрешения.</li> <li>53. Психологическая структура личности.</li> <li>54. Познавательные психические процессы.</li> <li>55. Психические свойства личности.</li> <li>56. Психические состояния.</li> <li>57. Теории лидерства и стили руководства.</li> <li>58. Лидерство в формальных и неформальных группах.</li> <li>59. Основные категории управленческих функций.</li> <li>60. Деловое «пространство» педагога: позитивные и негативные приемы общения с</li> </ol>
--	--	---

	<p>педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде.</p> <p>Навыки: решения образовательных и спортивных задач в составе команды;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда</li> <li>- выявления поведенческих и личностных проблем обучающихся и связанных с особенностями их развития</li> <li>- формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся и спортсменов;</li> </ul>	<p>обучающимися, этические нормы и правила.</p>
--	---	---

**Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

## Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- функции и средства общения;</li> <li>- психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и признакам и др.);</li> <li>- источники, причины и способы управления конфликтами;</li> <li>- методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий;</li> <li>- методы убеждения, аргументации своей позиции;</li> <li>- сущностные характеристики и типологию лидерства;</li> <li>- факторы эффективного лидерства;</li> <li>- основные закономерности развития, стадии и кризисы развития;</li> <li>- основы социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики;</li> <li>- современное состояние, стратегические цели и перспективу развития физической культуры и спорта;</li> <li>- принципы образования в течение всей жизни.</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и презентации результатов работы команды</li> <li>планировать,</li> <li>- организовывать и координировать работы в</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дискуссия в группе на тему: «Значение педагогики и психологии для развития физкультурно – оздоровительной деятельности психолога».</li> <li>2. Тренинг «Введение в специальность».</li> <li>3. Составление таблицы поэтапного развития психологии, как науки.</li> <li>4. Диагностика психо-эмоционального состояния субъекта по особенностям цветовосприятия (тест Люшера).</li> <li>5. Изучение разноуровневых свойств восприятия по методикам исследования:             <ol style="list-style-type: none"> <li>а) наблюдательности;</li> <li>б) восприятия времени;</li> <li>в) характера влияния познавательного контроля на зрительное восприятие.</li> </ol> </li> <li>6. Составление кроссворда по теме: «Сенсорно-перцептивные процессы». Кроссворд должен содержать не менее 30 вопросов (самостоятельная работа).</li> <li>7. Изучение некоторых особенностей запоминания по методикам исследования:             <ol style="list-style-type: none"> <li>1) объема кратковременной памяти;</li> <li>2) особенностей ассоциативной памяти (пиктограмма);</li> <li>3) установления преобладающего типа памяти.</li> </ol> </li> <li>8. С целью овладения наиболее распространенными методиками, проведение диагностики особенностей</li> </ol>

	<p>коллективе</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их</li> <li>- управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания;</li> <li>- анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу;</li> <li>- защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях;</li> <li>- использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий;</li> <li>- составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности;</li> <li>- устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- применять технологии развития лидерских качеств и умений;</li> <li>- применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые</li> </ul>	<p>развития мышления и определить коэффициент интеллекта по методике «КОТ».</p> <p>9. Составить психологическую характеристику особенностей развития мышления личности. Необходимо отметить степень развития таких признаков мышления, как обобщенность и целенаправленность, определить уровень овладения основными мыслительными операциями: анализом, синтезом, сравнением, обобщением, классификацией, систематизацией, абстрагированием и конкретизацией. Оценить уровень развитости интеллекта, математического, лингвистического и конструктивного мышления.</p> <p>10. Тренинг в виде деловой игры в группе на тему «Мышление и аргументация».</p> <p>11. Для установления преобладающего типа темперамента, многообразных его свойств, а также особенностей нервной системы студентам предложены методики исследования:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) степени выраженности силы процессов возбуждения и торможения, подвижности нервных процессов (тест Стрелаяу);</li> <li>б) степени выраженности свойств, выдвигаемых в качестве существенных компонентов личности: экстра-, интроверсии и нейротизма (тест-опросник Айзенка);</li> <li>в) типологии характера (тест Сонди, соционическая методика и др.)</li> </ul>
--	--	--



	<p>нормы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы;</li> <li>- разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде.</li> </ul> <p>Навыки: решения образовательных и спортивных задач в составе команды;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда</li> <li>- выявления поведенческих и личностных проблем обучающихся и связанных с особенностями их развития</li> <li>- формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся и спортсменов;</li> </ul>	
--	---	--

**Уровень сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.

	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Деловая игра

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Деловая игра
УК-3; УК -6	<p>Знания: - функции и средства общения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.);</li> <li>- источники, причины и способы управления конфликтами;</li> <li>- методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий;</li> <li>- методы убеждения, аргументации своей позиции;</li> <li>- сущностные характеристики и типологию лидерства;</li> <li>- факторы эффективного лидерства;</li> <li>- основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития;</li> <li>- основы социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики;</li> <li>- современное состояние,</li> </ul>	<p><b>Деловая игра «Катастрофа на воздушном шаре».</b></p> <p>Цель: средство проверки знаний, умений, навыков студента принимать групповые решения в условиях смоделированной проблемной ситуации. Проведение социометрии в группе.</p> <p>Содержание: Инструкция: Вы команда золотоискателей. Возвращаетесь из успешной экспедиции домой на шаре. Но попадаете в зону урагана. Теряете ориентиры. Теперь вам надо попасть на кусочек суши в океане... Что это? Остров, материк? Вы не знаете... Что вас там ждет? Неизвестно. Но надо долететь и поэтому сбросить балласт. Это груз, надо оставить только 220 кг. Список включает в себя разнообразные бытовые</p>

	<p>стратегические цели и перспективу развития физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы образования в течение всей жизни.</li> </ul> <p>Умения: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды</p> <p>планировать,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и координировать работы в коллективе</li> <li>- общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их</li> <li>- управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания;</li> <li>- анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе,</li> </ul> <p>поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях;</li> <li>- использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий;</li> <li>- составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности;</li> <li>- устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- применять технологии развития лидерских качеств и умений;</li> <li>- применять психологические</li> </ul>	<p>вещи необходимые для выживания в критической ситуации . Примите решение в индивидуальном и групповом варианте</p>
--	--	--

	<p>приемы:          постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка,          психотехнические упражнения, групповые нормы;          - определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы;          - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде.</p> <p>Навыки: решения образовательных и спортивных задач в составе команды;          - планирования перспективных собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда          - выявления поведенческих и личностных проблем _____</p>	
--	---	--

**Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
<b>Деловая игра</b>	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на

### Темы курсовых работ

Не предусмотрены.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК 3; УК -6	<p>Знания: - функции и средства общения;</p> <p>- психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, признакам и др.);</p> <p>- источники, причины и способы управления конфликтами;</p> <p>- методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы технологий;</p> <p>- методы убеждения, аргументации своей позиции;</p> <p>- сущностные характеристики и типологию лидерства;</p> <p>- факторы эффективного лидерства;</p> <p>- основные закономерности развития, стадии и кризисы развития;</p> <p>- основы социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики;</p> <p>- современное состояние, стратегические цели и перспективу развития физической культуры и спорта;</p> <p>- принципы образования в течение всей жизни.</p>	<p><b>Перечень вопросов для промежуточной аттестации по разделу «Педагогика»:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Объект, предмет, задачи и функции педагогики.</li> <li>2. Основные категории педагогики.</li> <li>3. Система педагогических наук.</li> <li>4. Методология педагогики. Методологические принципы педагогики.</li> <li>5. Методы педагогических исследований.</li> <li>6. Педагогический процесс (структура и сущность).</li> <li>7. Этапы педагогического процесса.</li> <li>8. Воспитание у занимающихся негативного отношения ко всем видам антисоциального поведения и зависимостей человека от психоактивных веществ, алкоголя, табакокурения, компьютерной, экранной, игровой и других видов зависимостей.</li> <li>9. Самообразование и самовоспитание.</li> <li>10. Использование методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</li> <li>11. Характеристика воспитания как части педагогического процесса.</li> <li>12. Факторы воспитания.</li> <li>13. Современные подходы к воспитанию.</li> <li>14. Содержание и виды воспитания.</li> <li>15. Принципы воспитания.</li> <li>16. Методы и средства воспитания.</li> <li>17. Дидактика как наука.</li> <li>18. Структура процесса обучения.</li> <li>19. Методы и средства обучения.</li> </ol>

	<p>Умения: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниям и и презентации результатов работы команды планировать, - организовывать и координировать работы в коллективе - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и</p>	<p>20. Формы организации обучения.  21. Виды учебных занятий.  22. Принципы обучения.  23. Знаниевый подход в обучении.  24. Компетентностный подход в обучении.  25. Диагностирование обученности.  26. Использование достижений психолого-педагогической науки и практики при планировании и построении занятий.  27. Толерантность в педагогической деятельности.  28. Система образования в России.  29. Наследственность и развитие.  30. Влияние среды на развитие личности.  31. Развитие и воспитание.  32. Возрастные и индивидуальные особенности развития.  33. Профессионально – психологическая компетентность педагога.  34. Профессиональный имидж педагога.</p> <p style="text-align: center;"><b>Перечень вопросов для промежуточной аттестации по разделу «Психология»:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Объект, предмет, задачи психологии.</li> <li>2. Этапы психологического исследования.</li> <li>3. Методы психологии.</li> <li>4. Этапы развития психологии.</li> <li>5. Фундаментальные и прикладные психологические науки.</li> <li>6. Психика и организм.</li> <li>7. Мозг и психика.</li> <li>8. Структура психики и ее основные функции.</li> <li>9. Структура сознания.</li> <li>10. Личность. Социализация личности.</li> <li>11. Я-концепция личности.</li> <li>12. Самооценка как компонент самосознания: ее структура и проявления.</li> <li>13. Деятельность (свойства, составляющие).</li> </ol>
--	---	--

	<p>развивающий;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности;</li> <li>- устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- применять технологии развития лидерских качеств и умений;</li> <li>- применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы;</li> <li>- определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы;</li> <li>- разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде.</li> </ul> <p>Навыки: решения образовательных и спортивных задач в составе команды;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования перспективных целей</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>14. Классификация видов деятельности и поведения человека.</li> <li>15. Функции, виды и структура общения.</li> <li>16. Вербальная и невербальная коммуникации.</li> <li>17. Конфликт, его типы, стадии.</li> <li>18. Конфликты: виды, формы, способы разрешения.</li> <li>19. Психологическая структура личности.</li> <li>20. Познавательные психические процессы.</li> <li>21. Психические свойства личности.</li> <li>22. Психические состояния.</li> <li>23. Теории лидерства и стили руководства.</li> <li>24. Лидерство в формальных и неформальных группах.</li> <li>25. Основные категории управленческих функций.</li> <li>26. Деловое «пространство» педагога: позитивные и негативные приемы общения с обучающимися, этические нормы и правила.</li> </ol>
--	---	---

	<p>собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда</p> <p>- выявления поведенческих и личностных проблем связанных с особенностями их развития</p> <p>- формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся и спортсменов;</p>	
--	---	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.



**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
*(наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)*

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
*(шифр, наименование)*

Направленность (профиль): физкультурно-оздоровительная деятельность  
*(направленность (профиль) подготовки)*

Форма обучения: очная  
*(очная/заочная)*

Автор (ы) ФОС: *Мифтахов Салават Фаритович, старший преподаватель*  
*(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)*

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «б» марта 2023 года  
Протокол № 6.

Казань – 2023

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p><b>УК-8</b> - Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p>Воспитательная деятельность. Регулирование поведения учащихся для обеспечения безопасной образовательной среды</p> <p><b>Необходимые знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правил охраны труда, пожарной безопасности и требования к безопасности образовательной среды;</li> </ul> <p><b>трудовые навыки (действия):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>участие в разработке и реализации программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды; регулирование поведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды; формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.</li> <li>- Требования обеспечения безопасности жизни и здоровья обучающихся.</li> <li>- Выполнять требования охраны труда.</li> </ul>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей;</li> <li>- методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий;</li> <li>- технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- организовывать</li> </ul>

	<p>физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> </ul> <p>соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий.</p> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан;</li> <li>- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.</li> <li>- организации физкультурноспортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</li> </ul>
--	--

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине

оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе  
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	УК-8	Практическая работа Ситуационная задача Доклад на заданную тему	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
			<b>макс:</b>	<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	УК-8	Практическая работа Ситуационная задача Доклад на заданную тему	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
			<b>макс:</b>	<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
УК-8	Ответы (устные или письменные) на вопросы билетов	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Образцы

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
УК-8	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала;</li> <li>- использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных</li> </ul>	<p>Задание № 1</p> <p><b>Практическое задание (ситуация). Вас захватили в заложники. Какие правила личной безопасности необходимо соблюдать, чтобы снизить угрозу для вашей жизни?</b></p> <p>Если вас захватили в заложники: не привлекайте к себе внимание преступников (не смотрите им в глаза и не задавайте вопросов); на любое свое действие спрашивайте разрешение; беспрекословно выполняйте требования террористов; при проведении операции по освобождению ложитесь на пол и не поднимайтесь до команды; при применении слезоточивого газа дышите через влажную ткань и часто моргайте; выходите из помещения (транспортного средства) после команды и как можно быстрее.</p> <p>Задание № 2</p> <p><b>Практическое задание (ситуация). Произошла авария на атомной электростанции (АЭС), возникла угроза радиоактивного загрязнения местности. Ваши действия.</b></p> <p>При аварии на радиационно-опасном объекте и угрозе радиоактивного загрязнения местности следует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— включить радио (телевизор) и прослушать сообщение;</li> <li>— закрыть окна и двери, провести герметизацию помещения; — защитить продукты питания и сделать запас воды; провести йодную профилактику; держать</li> </ul>

	<p>ситуаций;  соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий.  Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан;</li> <li>- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий</li> </ul>	<p>включенным радио (телевизор) и ждать дальнейших указаний.  При получении распоряжения на эвакуацию: освободить от содержимого холодильник, вынести скоропортящиеся продукты и мусор; выключить газ, электричество, погасить огонь в печи;  надеть средства индивидуальной защиты, взять необходимые вещи, документы и продукты питания; — следовать на сборный эвакуопункт.  При движении не пылить, избегать высокой травы и кустарника, не прикасаться к местным предметам и не ставить вещи на землю, не курить, не пить, не есть. Перед посадкой в транспорт обмести средства защиты, одежду, вещи, обмыть открытые участки тела.</p> <p>Задание № 3</p> <p><b>Практическое задание (ситуация). В районе вашего проживания произошла авария на химически опасном объекте с выбросом в атмосферу аварийно химически опасного вещества (аммиака) (АХОВ).</b>  <b>Ваши действия.</b></p> <p>Действия в случае аварии на химически опасном объекте: включить радио (телевизор) и выслушать сообщение; надеть средства защиты органов дыхания и кожи; закрыть окна и форточки;  отключить газ, воду, электричество, погасить огонь в печи; взять документы, необходимые вещи и продукты; укрыться в ближайшем убежище или покинуть район аварии.  При отсутствии средств защиты и убежища закрыть окна и двери;  зашторить входные двери плотной тканью; провести герметизацию жилища; держать включенным радио (телевизор) и ждать указаний.</p> <p>Задание № 4</p> <p><b>Обеспечение пожарной безопасности в местах проживания. Обязанности</b></p>
--	---	---

	аварий, катастроф, стихийных бедствий.	<p><b>граждан в области пожарной безопасности.</b></p> <p><b>Практическое задание (ситуация).</b> Во время прогулки по лесу в пожароопасный период (сухая погода и ветер) вы уловили запах дыма, и определите, что попали в зону лесного пожара. Ваши действия.</p> <p>Попав в зону лесного пожара, следует:  определить направление ветра и распространения огня;  быстро выходить из зоны пожара навстречу ветру по возможности параллельно фронту распространения огня; идти, пригибаясь к земле и не стараясь обогнать пожар;  если поблизости есть водоем, окунуться в него или, смочив одежду, накрыть ею голову и верхнюю часть тела; выйдя из опасной зоны, сообщить о пожаре в пожарную охрану.</p>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет



		правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Ситуационные задачи

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Ситуационные задачи
УК - 8	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей;</li> <li>- методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий;</li> </ul>	<p>Решите ситуационные задачи, ответьте на поставленные вопросы.</p> <p>Задача 1.</p> <p>Оцените данную ЧС по трем признакам (классификациям) – причине возникновения, временным характеристикам, масштабам и тяжести</p> <p>В результате наводнения в августе 2016 года в индийском штате Бихар число жертв стихийного бедствия составило 95 человек. Всего от природного бедствия пострадали 3,3 млн. человек в 14 районах штата. Наибольшее количество погибших зарегистрировано в округе Пурния – 28. В результате наводнений были повреждены свыше 16 тыс. домов. Власти организовали 464 лагеря по оказанию помощи пострадавшим. Повреждено 200 тыс. га посевов на полях.</p> <p>Задача 2.</p> <p>В ноябре 2016 года в Свердловской области из-за аварии на теплосетях города Кушва жители многоквартирного жилого дома и детский сад остались без</p>

	<p>- технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала;</li> <li>- использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> </ul> <p>соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий.</p>	<p>тепла, в строениях произошла разморозка внутридомовых теплосетей.</p> <p>На ликвидацию всех последствий аварий ремонтникам потребовалось более 20 часов.</p> <p>Часть жильцов переселилась к родственникам, часть разместились в здании школы, часть оставалась в своих квартирах. Причинен материальный ущерб имуществу граждан, пострадавших не было.</p>
--	--	--

	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан;</li> <li>- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.</li> </ul>	
--	---	--

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Ситуационная задача	Не аттестован (Неудовлетворительно)	Студент выполнил работу не полностью или объем выполненной части работы не позволяет сделать правильные выводы.
	Низкий уровень (Удовлетворительно)	Студент выполнил работу не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильные результаты и выводы; в ходе проведения работы были допущены ошибки.
	Средний уровень (Хорошо)	Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, но допустил

		2-3 ошибки.
	Высокий уровень (Отлично)	Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий; в ответе правильно и аккуратно выполняет все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления;/или правильно и аккуратно выполнил все задания; правильно выполняет анализ ошибок.

### Темы презентаций

1. Характеристика пожаров. Причины возникновения пожаров.
2. Понятие о среде обитания человека, эволюция среды обитания человека, понятие о биосфере и техносфере. Санитарно-гигиенические нормативы качества окружающей среды.
3. Подручные средства пожаротушения.
4. Биологическое воздействие электромагнитных полей. Гигиенические нормативы электромагнитных полей. Защита от действия электромагнитных полей.
5. Эвакуация людей из здания школы при пожаре. Поиск детей в горящем здании.
6. Причины возникновения взрывов, поражающие факторы взрыва. Возможные последствия, вызванные взрывами.
7. Безопасность человека на улице. Правила поведения при ЧС в транспорте большого города.
8. Правила поведения и действия при геологических стихийных бедствиях, способы защиты от последствий.
9. Безопасность человека на железной дороге. Правила поведения при ЧС на железнодорожном транспорте.
10. Оповещение и информация населения об угрозе стихийных бедствий.
11. Безопасность человека на воздушном транспорте. Правила поведения при ЧС на воздушном транспорте.
12. Безопасность человека на водном транспорте. Правила поведения при ЧС на водном транспорте.
13. Правила поведения и безопасность человека на водоеме в летний период.
14. Биологические чрезвычайные ситуации.
15. Правила поведения и безопасность человека на водоеме затянутым льдом.
16. Аварии и катастрофы на промышленных предприятиях, гидротехнических сооружениях, транспорте и их возможные последствия.
17. Правила поведения и безопасность человека в бассейне.
18. Основные способы защиты от опасных факторов аварий и катастроф.
19. Организация питания в условиях автономного существования.

20. Сущность способов защиты, спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения. Классификация средств защиты.
21. Терроризм как основная социальная опасность.
22. Экстремизм как угроза национальной безопасности.
23. Оказание первой помощи при обмороке.
24. Оказание первой помощи при ожогах.
25. Оказание первой помощи при переломах.
26. Оказание первой помощи при обморожениях.
27. Оказание первой помощи при кровотечениях.
28. Оказание первой помощи при отсутствии дыхания и пульса.
29. Организация ночлега в условиях автономного существования.  
Ориентирование на местности. Способы подачи сигнала бедствия.
30. Действие ионизирующих излучений на живые организмы.
31. Защита от опасности поражения электрическим током.
32. Характеристика поражающих факторов ядерного взрыва.
33. Влияние вибраций и акустических колебаний на организм человека.  
Защита от шума и вибраций. Мероприятия по уменьшению шума и вибраций.
34. Химически опасные объекты производства. Возможные последствия при авариях на химически-опасных объектах.
35. Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
36. Химически опасные вещества (ХОВ), их физико-химические свойства, поражающее действие, признаки поражения, средства и способы нейтрализации и защиты от ХОВ.
37. Средства индивидуальной защиты.
38. Мошенничество в сети.
39. Обороноспособность и безопасность государства. Силы и средства обеспечения обороноспособности и безопасности.
40. Состав и задачи Вооруженных Сил Российской Федерации.
41. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск и их характеристика.
42. Главные боевые традиции Российских Вооруженных Сил.
43. Победные дни (дни воинской славы России).
44. Боевое знамя - главный символ воинской чести и ратной доблести.
45. Символическое значение орденов, медалей, знаков отличия и почетных званий.
46. Военная присяга - клятва верности Отечеству и народу.
47. Основные, нормативные и правовые акты, регламентирующие вопросы исполнения воинской обязанности и прохождения военной службы.
48. Военная служба: понятие, содержание и особенности.
49. Психологическая классификация воинских должностей, сержантов, старшин, солдат и матросов.
50. Организация и проведение медицинского обследования граждан, подлежащих призыву на военную службу.

51. Медицинское обследование и лечение граждан, подлежащих призыву на военную службу.
52. Военная обязанность: понятие и структура.
53. Военный учет и обязанности граждан по воинскому учету.
54. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.
55. Военная служба по призыву и по контракту.
56. Военские звания и составы военнослужащих.
57. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих.

#### Требования к оформлению презентаций.

##### Структура презентации

1. Титульный слайд должен содержать следующую информацию:

- a. Название работы
- b. Фамилия, имя, группа автора
- c. Фамилия, имя, отчество, должность преподавателя
- d. Название учебного заведения, год защиты

2. Введение – основная цель, возможно: проблема, гипотеза, актуальность.

3. Основная часть – презентация своей работы.

4. Заключение – выводы.

5. Спасибо за внимание или аналогичное

- a. Фамилия, Имя, класс автора
- b. Адрес электронной почты

##### Оформление слайдов

1. Все слайды (кроме первого) должны содержать порядковый номер, расположенный в правом верхнем углу (размер шрифта – не менее 20 пт).

2. Каждый слайд (кроме первого) должен иметь короткое название (заголовок, без точки в конце), набранное шрифтом на 2 и более пт, чем основной размер шрифта .

3. Для основного текста рекомендуемый размер шрифта  $\geq 24$ пт.

4. Поля слайдов не менее 0,5 см с каждой стороны.

5. Использование звуковых эффектов в ходе демонстрации презентации не желательны.

6. Файл презентации должен быть выполнен в программе MS PowerPoint 97-2010.

7. В процессе выступления не допускается переход на Интернет ресурсы, всю дополнительную информацию необходимо предварительно разместить в одной папке с презентацией (т е ссылки только локальные).

8. В титульном слайде анимация не допускается.

9. Для всех слайдов применять один эффект их перехода и стилевое решение.

11. Изображения, размещенные на одном слайде желательно привести к единому размеру.

12. Таблицы оформлять в одном стиле, выделить шапку таблицы.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК - 8	Знает: - терминологию, предмет жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - методы защиты в условиях чрезвычайных	1. Цель и содержание дисциплины «Безопасность жизнедеятельность», её основная задача, место и роль в подготовке специалиста. Этапы развития науки. 2. Понятие о среде обитания человека, эволюция среды обитания человека, понятие о биосфере и техносфере. 3. Классификация ЧС. 4. Классификация стихийных

<p>ситуаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий;</li> <li>- технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- организовывать физкультурно-</li> </ul>	<p>бедствий. Краткая характеристика наиболее опасных стихийных бедствий.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Физическая сущность геологических стихийных бедствий, причины возникновения, характер и стадии развития.</li> <li>6. Правила поведения и действия при геологических стихийных бедствиях, способы защиты от последствий.</li> <li>7. Оповещение и информация населения об угрозе стихийных бедствий.</li> <li>8. Правила поведения и действия при метеорологических стихийных бедствиях, способы защиты от последствий этих стихийных бедствий.</li> <li>9. Правила поведения и действия при гидрологических стихийных бедствиях, способы защиты от последствий этих стихийных бедствий.</li> <li>10. Биологические чрезвычайные ситуации.</li> <li>11. Аварии и катастрофы на промышленных предприятиях, гидротехнических сооружениях, транспорте и их возможные последствия.</li> <li>12. Основные способы защиты от опасных факторов аварий и катастроф.</li> <li>13. Действие ионизирующих излучений на живые организмы.</li> <li>14. Действия населения при оповещении о радиоактивном заражении.</li> <li>15. Химически опасные объекты производства. Возможные последствия при авариях на химически-опасных объектах.</li> <li>16. Химически опасные</li> </ol>
--	--



	<p>спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> <li>соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий.</li> </ul> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан;</li> <li>- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных</li> </ul>	<p>вещества (ХОВ), их физико-химические свойства, поражающее действие, признаки поражения, средства и способы нейтрализации и защиты от ХОВ.</p> <p>17. Правила поведения и действия населения при авариях с выбросом ХОВ.</p> <p>18. Характеристика пожаров. Причины возникновения пожаров.</p> <p>19. Подручные средства пожаротушения.</p> <p>20. Эвакуация людей из здания школы при пожаре. Поиск детей в горящем здании.</p> <p>21. Причины возникновения взрывов, поражающие факторы взрыва. Возможные последствия, вызванные взрывами.</p> <p>22. Огнетушители, их типы и предназначение. Правила пользования огнетушителем.</p> <p>23. Безопасность человека на улице. Правила поведения при ЧС в транспорте большого города.</p> <p>24. Безопасность человека на железной дороге. Правила поведения при ЧС на железнодорожном транспорте.</p> <p>25. Безопасность человека на воздушном транспорте. Правила поведения при ЧС на воздушном транспорте.</p> <p>26. Безопасность человека на водном транспорте. Правила поведения при ЧС на водном транспорте.</p> <p>27. Правила поведения и безопасность человека на водоеме в летний период.</p> <p>28. Правила поведения и безопасность человека на водоеме затянутым льдом.</p> <p>29. Правила поведения и безопасность человека в бассейне.</p>
--	--	--

	<p>последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.</p> <p>- организации физкультурноспортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</p>	<p>30. Оказание первой помощи при обмороке.</p> <p>31. Оказание первой помощи при ожогах.</p> <p>32. Оказание первой помощи при переломах.</p> <p>33. Оказание первой помощи при обморожениях.</p> <p>34. Оказание первой помощи при кровотечениях.</p> <p>35. Оказание первой помощи при отсутствии дыхания и пульса.</p> <p>36. Защита от опасности поражения электрическим током.</p> <p>37. Последствия поражения электрическим током.</p> <p>38. ЧС криминального характера в школе. Обеспечение безопасности детей в школе. Захват заложников.</p> <p>39. Защитные сооружения гражданской обороны. Средства индивидуальной защиты.</p> <p>40. Психологическая подготовка населения к действиям в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>41. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема.</p> <p>42. Вредные привычки и их профилактика. Психолого-педагогические аспекты здорового образа жизни.</p> <p>43. Обороноспособность и безопасность государства. Силы и средства обеспечения обороноспособности и безопасности.</p> <p>44. Состав и задачи Вооруженных Сил Российской Федерации.</p> <p>45. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск и их характеристика.</p> <p>46. Символическое значение орденов, медалей, знаков отличия</p>
--	--	--

		<p>и почетных званий.</p> <p>47. Военная присяга - клятва верности Отечеству и народу.</p> <p>48. Основные, нормативные и правовые акты, регламентирующие вопросы исполнения воинской обязанности и прохождения военной службы.</p> <p>49. Военная служба: понятие, содержание и особенности.</p> <p>50. Организация и проведение медицинского обследования граждан, подлежащих призыву на военную службу.</p> <p>51. Воинская обязанность: понятие и структура. 52. Воинский учет и обязанности граждан по воинскому учету.</p> <p>53. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.</p> <p>55. Военная служба по призыву и по контракту. 56. Воинские звания и составы военнослужащих. 57. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих.</p> <p>58. Обязанности, права и свободы военнослужащих.</p> <p>59. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации: состав, структура и содержание.</p> <p>60. Сущность и содержание воинской дисциплины. Пути ее поддержания и укрепления. 61. Виды и порядок наложения дисциплинарных взысканий на военнослужащих.</p> <p>62. Понятие караульной службы, караула, часового, поста. Состав караула. Обязанности часового.</p> <p>63. Понятие строя и его виды. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю. 64. Основные виды боевых действий</p>
--	--	--

		<p>и их характеристика.</p> <p>65. Порядок действий солдата в бою.</p> <p>66. Назначение, устройство и боевые свойства автомата Калашникова.</p> <p>67. Назначение, устройство и боевые свойства ручных осколочных гранат.</p> <p>68. Меры безопасности при производстве стрельб и метании ручных гранат.</p>
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Направление подготовки: *49.03.01 Физическая культура*

Направленность (профиль): *Физкультурно-оздоровительная деятельность*

Форма обучения: очная

Автор (ы) ФОС: к.п.н., доцент Евграфов И.Е.

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «21» марта 2019 года  
Протокол № 10.

Казань-2020

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<b>УК-7</b> – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Знания:</b> - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре.
<b>УК-7</b> – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Умения:</b> - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;
<b>УК-7</b> - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Навыки:</b> - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности;

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2 модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по

дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе  
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	УК –7	Практическая работа	не аттестован	4 и менее
			низкий	5– 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	УК-7	Практическая работа,	не аттестован	4 и менее
			низкий	5– 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
УК-7	зачет	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
		<b>макс: 50 баллов</b>	

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам  
текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности	Уровни
--	--------

компетенций	сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

*Образцы*

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
УК-7	<b>Знания</b> основ планирования и проведения занятий по физической культуре	<b>Занятия по физической культуре имеют следующую форму проведения:</b> А) урочную, Б) внеурочную В) самостоятельную



УК-7	<b>Умения:</b> определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;	<b>Что подразумевается под нагрузкой?</b> А) интенсивность Б) амплитуда В) скорость выполнения Г) чсс Д) время Е) все вышеперечисленное
УК-7	<b>Навыки:</b> – планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности	Какими знаниями должен обладать инструктор по фитнесу? А) знаниями в области анатомии, Б) знаниями в области физиологии, В) знаниями в области проведения оздоровительной тренировки, Г) всеми перечисленными навыками

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Составление комплексов упражнений, а так же из оценка влияния на организм занимающихся.

## Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Темы докладов и презентаций

1. Функция планирования в деятельности тренера, инструктора, методиста: цель, задачи. Перечислите основные документы планирования.
2. Охарактеризуйте виды оздоровительных тренировок
3. Раскройте принципы оздоровительной тренировки. Какими видами контроля необходимо учитывать при проведении оздоровительной тренировки?
4. Дайте характеристику средствам и методам оценки физической подготовленности.
5. Перечислите методы тестирования физической подготовленности.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Доклад / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК-7	<b>Знания</b> методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основ планирования и проведения занятий по физической культуре;	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дайте определение физическим качествам.</li> <li>2. Перечислите сенситивные периоды развития физических качеств.</li> <li>3. Дайте определение методике обучения двигательных действий.</li> <li>4. Опишите алгоритм составления оздоровительной тренировки.</li> </ol>

УК-7	<p><b>Умения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;</li> <li>-определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Опишите планирование оздоровительной тренировки для мужчины, с ночным режимом работы.</li> <li>2. Опишите приемы определения физической нагрузки.</li> </ol>
УК-7	<p><b>Навыки</b> оставления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составьте оздоровительную тренировку для мужчины, с ночным режимом работы.</li> <li>2. Проведите оздоровительное мероприятие в режиме учебного дня в образовательной организации.</li> </ol>

	организации	
--	-------------	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

**ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность

Форма обучения: очная

Автор (ы) ФОС: к.п.н., доцент Агеева Г.Ф.

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «21» марта 2019 года  
Протокол № 10.

Казань-2020

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p><b>УК-7</b> – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС;</li> <li>- основы планирования и проведения занятий по физической культуре.</li> </ul>
<p><b>ОПК-6</b> – Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- основные и дополнительные формы занятий;</li> <li>- виды и технологию планирования и организации оздоровительных занятий.</li> </ul>
<p><b>ОПК-13</b> – Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий;</li> <li>- положение или регламент и расписание спортивных соревнований;</li> </ul>

		<p>- правила избранного вида спорта, условия их выполнения, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий для избранных видов спорта,</p> <p>- виды и организацию соревнований по спортивным направлениям фитнеса.</p>
<p><b>УК-7</b> – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <p>- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;</p> <p>- определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;</p>
<p><b>ОПК-6</b> – Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <p>- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;</p> <p>- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p>- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;</p> <p>- определять задачи занятия;</p> <p>- подбирать средства и методы</p>



		<p>для решения задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать величину тренировочной нагрузки на оздоровительных занятиях с поставленными задачами и особенностями занимающихся;</li> </ul>
<p><b>ОПК - 13</b> - Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</li> <li>- определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li> <li>- составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу.</li> </ul>
<p><b>УК-7</b> - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования и проведения тренировочных(оздоровительных) занятий по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности;</li> </ul>
<p><b>ОПК-6</b> - Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей</p>	<p><b>Навыки:</b> -</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста</li> </ul>

деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.	деятельность в области физической культуры и спорта»	контингента занимающихся; - планирования мероприятий активного отдыха занимающихся в режиме свободного времени.
<b>ОПК-13</b> - Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Навыки:</b> - подготовки положения о соревнованиях по спортивным направлениям фитнеса; - участия в судействе спортивных соревнований по спортивным направлениям фитнеса.

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 5 модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

### **Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
			не аттестован	4 и менее
МОДУЛЬ 1.	УК –7, ОПК - 13	Практическая работа	низкий	5– 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
	УК –7, ОПК – 6, 13	Практическая работа	не аттестован	4 и менее
			низкий	5– 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
МОДУЛЬ 2.	УК-7,	Практическая	не аттестован	4 и менее

	ОПК - 13	работа,	низкий средний высокий	5– 6 7– 8 9– 10
	УК –7, ОПК-6, 13	Практическая работа, тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7– 8 9– 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 3.</b>				
	УК –7, ОПК - 13	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7– 8 9– 10
	УК –7, ОПК – 6, 13	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7– 8 9– 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 4.</b>	УК –7, ОПК - 13	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7– 8 9– 10
	УК –7, ОПК – 6, 13	Практическая работа, тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7– 8 9– 10
	<b>макс:</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 5.</b>				
	УК –7,	Практическая	не аттестован	4 и менее

	ОПК - 13	работа	низкий средний высокий	5– 6 7 – 8 9 – 10
	УК –7, ОПК – 6, 13	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>МОДУЛЬ 6.</b>	УК –7, ОПК - 13	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	УК –7, ОПК – 6, 13	Практическая работа, тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА МОДУЛЬ</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>

### Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
УК-7, ОПК-6, 13	Зачет	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

### Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе	Не аттестован	0 – 14 15 – 32

изучения дисциплины	Низкий Средний Высокий	33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

*Образцы*

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
УК-7 ОПК-6 ОПК-13	<b>Знания</b> основ планирования и проведения занятий по физической культуре	<b>Занятия по физической культуре имеют следующую форму проведения:</b> А) урочную, Б) внеурочную В) самостоятельную
УК-7 ОПК-6 ОПК-13	<b>Умения:</b> определять и учитывать величину	<b>Что подразумевается под нагрузкой?</b> А) интенсивность Б) амплитуда

	нагрузки на занятиях;	В) скорость выполнения Г) чсс Д) время Е) все вышеперечисленное
УК-7 ОПК-6 ОПК-13	<b>Навыки:</b> – планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности	Какими знаниями должен обладать инструктор по фитнесу? А) знаниями в области анатомии, Б) знаниями в области физиологии, В) знаниями в области проведения оздоровительной тренировки, Г) всеми перечисленными навыками

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Составление комплексов упражнений для поддержания должного уровня физической подготовленности, применяя средства фитнеса, а так же оценивать их влияния на организм занимающихся.

ОПК - 6	Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.	Пропагандировать здоровый образ жизни и активное долголетие не только на рабочем месте, но и в семье
ОПК - 13	Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	Составление положений и проведение спортивно-массовых мероприятий по спортивным направлениям фитнеса.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает

		на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.
--	--	---

### Темы докладов и презентаций

6. Функция планирования в деятельности тренера, инструктора, методиста: цель, задачи. Перечислите основные документы планирования.

7. Охарактеризуйте виды оздоровительных тренировок

8. Раскройте принципы оздоровительной тренировки. Какими видами контроля необходимо учитывать при проведении оздоровительной тренировки?

9. Дайте характеристику средствам и методам оценки физической подготовленности.

10. Перечислите методы тестирования физической подготовленности.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Доклад / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.



### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК-7	<b>Знания</b> методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта; - основ планирования и проведения занятий по физической культуре;	5. Дайте определение физическим качествам. 6. Перечислите сенситивные периоды развития физических качеств. 7. Дайте определение методике обучения двигательных действий. 8. Опишите алгоритм составления оздоровительной тренировки. 9. Опишите приемы определения физической нагрузки.

ОПК-6	<p><b>Навыки</b> оставления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</p> <p>- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации</p>	<p>1. Составьте оздоровительную тренировку для мужчины, с ночным режимом работы применяя средства фитнеса.</p> <p>2. Проведите оздоровительное мероприятие.</p>
ОПК - 13	<p><b>Умения</b> осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>	<p>Составить положение и провести спортивно-массовое мероприятие по спортивным направлениям фитнеса.</p>

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний	Студент твердо знает учебный

	(Хорошо)	материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**  
**АНАТОМИЯ ЧЕЛОВЕКА**

*(наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)*

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
*(шифр, наименование)*

Направленность (профиль): Физкультурно - оздоровительная деятельность  
*(направленность (профиль) подготовки)*

Форма обучения: очная  
*(очная/заочная)*

Автор (ы) ФОС: Миннахметов Р.Р., к.б.н., доцент, Тараканова О.И., к.б.н.,  
ст. преп.

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры « 24 » февраля 2022 года  
Протокол № 8

Казань-2022

**1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ  
ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ  
АТТЕСТАЦИИ**

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p>ОПК-1 ОПК-2 ОПК-9</p>	<p>ПС «Тренер» С/05.6</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Анатомическое строение и функцию органов; их изменения под влиянием физкультурно-спортивной деятельности в различные возрастные периоды;</li> <li>- Изменения органов и систем под влиянием физкультурно-спортивной деятельности в различные возрастные периоды;</li> <li>- Закономерности роста и развития организма, взаимоотношение органов друг с другом в различные возрастные периоды.</li> </ul> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Находить и показывать на анатомических препаратах органы, их части, детали строения. Объясняет особенности строения и функции органов и систем в различные возрастные периоды, обосновывает критерии выбора уровня физических нагрузок;</li> <li>- Проводить анатомический анализ физических упражнений, объяснять суть упражнения;</li> <li>- Определять проекцию органов на поверхности тела, обозначать оси и демонстрировать движения вокруг них в суставах.</li> </ul> <p>Навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владения анатомической терминологией адекватно отражающий морфофункциональные характеристики обучающихся, виды их двигательной деятельности;</li> <li>- Проводит анатомический анализ физических упражнений.</li> </ul>

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена.

### Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	ОПК-1	тестовые задания практическая работа	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
	средний	7 – 8		
	высокий	9 – 10		
	ОПК-9	ситуационные задачи практическая работа	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	ОПК-1	тестовые задания практическая работа	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
	средний	7 – 8		
	высокий	9 – 10		
	ОПК-2	практическая работа доклад на заданную тему	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК-1 ОПК-2 ОПК-9	Ответы (устные или письменные) на вопросы билетов	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Образцы

#### Ситуационные задачи

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОПК-9	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анатомическое строение и функцию органов; их изменения под влиянием физкультурно-спортивной деятельности в различные возрастные периоды;</li> </ul>	<p>I. Из школьного курса по биологии, известно, что копчик – это рудимент хвостового отдела позвоночника, в свою очередь, рудимент – это орган, утративший свою функцию в процессе эволюции. На основании знаний, полученных на анатомии, какую функцию выполняет копчик? Для решения задачи необходимо знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) топографию и строение копчика.</li> </ul> <p>II. Лаборантка Петрова А. при уборке аудитории нашла учебную карточку со следующим описанием: «Позвоночное отверстие имеет треугольную форму, остистые отростки короткие, раздвоенные, тела небольшие, имеют эллипсовидную форму, но перечисленные особенности характерны не для всех позвонков данного отдела». Описание позвонка какого отдела позвоночника нашла лаборантка Петрова А.? Для решения задачи необходимо знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) отделы позвоночника;</li> <li>б) ключевые особенности в строении позвонков разных отделов.</li> </ul> <p>III. Тазобедренный сустав, как и плечевой, является многоосным, однако, следует заметить, что амплитуда движений у тазобедренного сустава меньше, чем у плечевого. Назовите факторы, ограничивающие подвижность в тазобедренном суставе. Ответ поясните. Для ответа на вопрос необходимо знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) анатомию тазобедренного сустава;</li> <li>б) факторы, влияющие на мобильность сустава.</li> </ul> <p>IV. Известно, что шейный и поясничные отделы позвоночника обладают хорошей подвижностью, чего нельзя сказать о грудном отделе. Объясните целесообразность такой особенности для грудного отдела позвоночника. Какие особенности строения позвонков грудного отдела препятствуют мобильности в грудном отделе? Для ответа на вопрос необходимо знать:</p>



		а) строение грудных позвонков; б) соединения позвонков.
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Ситуационные задачи	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент показывает слабый уровень знаний лекционного и практического материала, затрудняется при анализе ситуационной задачи.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент показывает неполные знания по рассматриваемому вопросу, не способен четко дать логически выверенный ответ. При решении задачи допускает ошибки.
	Средний (Хорошо)	Студент знает материал, но при решении задачи допускает несущественные погрешности.
	Высокий (Отлично)	Студент показывает высокий уровень знания материала, раскрывает не только основные понятия, но и анализирует их.

### Доклад на заданную тему

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОПК-2	Знания: - изменения органов и систем под влиянием физкультурно-спортивной деятельности в различные возрастные периоды;  - закономерности роста и развития организма, взаимоотношение органов друг с другом в различные возрастные периоды	1. Особенности строения позвоночного столба в возрастном аспекте. 2. Аномалии развития позвоночника. 3. Биомеханика позвоночника. 4. Индивидуальные особенности в строении мышц головы: мимических и жевательных мышц. Лицо человека. 5. Функциональная анатомия височно-нижнечелюстного сустава.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Доклад на заданную тему	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Работа неправильно оформлена. Студент неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Студент не подготовил материал.
	Низкий (Удовлетворительно)	При ответе отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. На поставленные вопросы отвечает неуверенно, допускает ошибки.
	Средний (Хорошо)	Студент показывает достаточный уровень компетентности, знание лекционного и практического материала. Уверенно, профессионально, грамотно, ясно, четко излагает содержание доклада.
	Высокий (Отлично)	Студент профессионально, грамотно, последовательно, четко излагает материал. На вопросы отвечает уверенно, по существу.

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОПК-1	Знания: - анатомическое строение и функцию органов; их изменения под влиянием физкультурно-спортивной деятельности в различные возрастные периоды.	Укажите поперечный размер (см) выхода из малого таза: а) 9 б) 10 в) 12 г) 11 д) всё правильно 2. Укажите самые малые размеры женского таза: а) косой диаметр б) поперечный диаметр в) прямой размер выхода из полости малого таза г) поперечный размер выхода из полости малого таза д) все правильно 3. Какой из указанных размеров малого таза называют истинной, или гинекологической конъюгатой: а) расстояние между мысом и наиболее выступающей кзади точкой симфиза б) расстояние между мысом и нижним краем симфиза в) расстояние между мысом и верхним краем

		<p>симфиза</p> <p>г) расстояние между верхушкой крестца и нижним краем симфиза.</p> <p>д) все правильно</p> <p>4. Какие кости относятся к поясу нижней конечности:</p> <p>а) крестец</p> <p>б) лобковая кость</p> <p>в) бедренная кость</p> <p>г) подвздошная кость</p> <p>д) все правильно</p> <p>5. Какие анатомические образования располагаются на проксимальном конце бедренной кости:</p> <p>а) латеральный надмыщелок</p> <p>б) головка</p> <p>в) медиальный надмыщелок</p> <p>г) межмыщелковая ямка</p> <p>д) все правильно</p> <p>б.</p> <p><b>Эталоны ответов к теме:</b></p> <p>1) б; 2) в,г; 3) а; 4) б,г; 5) б.</p> <p>1. Укажите шаровидные суставы:</p> <p>а) плечевой</p> <p>б) коленный</p> <p>в) плечелучевой</p> <p>г) плечелоктевой</p> <p>д) все правильно</p> <p>2. Укажите чашеобразные суставы:</p> <p>а) плечевой</p> <p>б) межфаланговый</p> <p>в) тазобедренный</p> <p>г) лучезапястный</p> <p>д) все правильно</p> <p>3. Укажите, что характерно для височно-нижнечелюстного сустава:</p> <p>а) связки</p> <p>б) диск</p> <p>в) мениск</p> <p>г) завороты</p> <p>д) все правильно</p> <p>4. Укажите связки, соединяющие дуги позвонков:</p> <p>а) желтая связка</p> <p>б) коллатеральная</p> <p>в) боковая</p> <p>г) срединная</p> <p>д) все правильно</p> <p>5. Какие движения возможны в срединном атлантоосевом суставе:</p> <p>а) сгибание и разгибание</p> <p>б) отведение головы</p>
--	--	--

		в) приведение головы г) вращение д) все правильно <b>Эталоны ответов к теме:</b> <b>1 а,в, 2) в; 3) б; 4) а; 5) г;</b>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК-1	<p><b>Знания:</b></p> <p>- анатомическое строение и функцию органов; их изменения под влиянием физкультурно-спортивной деятельности в различные возрастные периоды.</p> <p><b>Умения:</b></p> <p>- находить и показывать на анатомических препаратах органы, их части, детали строения. Объясняет особенности строения и функции органов и систем в различные возрастные периоды, обосновывает критерии выбора уровня физических нагрузок;</p> <p>- определять проекцию органов на</p>	<p><b>МОДУЛЬ 1</b></p> <p>1) Введение в анатомию. Остеология            2) Осевой скелет. Скелет туловища            3) Осевой скелет. Череп            4) Добавочный скелет. Скелет верхних конечностей.            5) Добавочный скелет. Скелет нижних конечностей.            6) Общая артросиндесмология. Соединения позвонков            7) Соединения верхних конечностей            8) Соединения нижних конечностей            9) Антропометрия            10) Мышцы груди и живота            11) Мышцы спины            12) Мышцы верхних конечностей            13) Мышцы верхних конечностей            14) Мышцы нижних конечностей            15) Мышцы нижних конечностей            16) Мышцы головы и шеи</p>

	<p>поверхности тела, обозначать оси и демонстрировать движения вокруг них в суставах.</p> <p>Навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеет анатомической терминологией адекватно отражающий морфофункциональные характеристики обучающихся, виды их двигательной деятельности.</li> </ul>	
ОПК-1	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анатомическое строение и функцию органов; их изменения под влиянием физкультурно-спортивной деятельности в различные возрастные периоды.</li> </ul> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- находить и показывать на анатомических препаратах органы, их части, детали строения. Объясняет особенности строения и функции органов и систем в различные возрастные периоды, обосновывает критерии выбора уровня физических нагрузок;</li> <li>- определять проекцию органов на поверхности тела, обозначать оси и</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>МОДУЛЬ 2</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Пищеварительная система.</li> <li>2) Пищеварительная система.</li> <li>3) Дыхательная система.</li> <li>4) Выделительная система</li> <li>5) Анатомия сердца</li> <li>6) Артериальная система</li> <li>7) Венозная система</li> <li>8) Лимфатическая система</li> <li>9) Эндокринная система</li> <li>10) Неврология. Спинной мозг</li> <li>11) Пути спинного мозга</li> <li>12) Ствол мозга</li> <li>13) Мозжечок</li> <li>14) Промежуточный мозг</li> <li>15) Конечный мозг</li> <li>16) Зрительный анализатор</li> </ol>

	<p>демонстрировать движения вокруг них в суставах.</p> <p>Навыки и/или опыт деятельности:</p> <p>- владеет анатомической терминологией адекватно отражающий морфофункциональные характеристики обучающихся, виды их двигательной деятельности.</p>	
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
-------------------------	-----------------------	--------------------------------------

<p>ОПК-1 ОПК-2 ОПК-9</p>	<p><b>Знания:</b> - анатомическое строение и функцию органов; их изменения под влиянием физкультурно-спортивной деятельности в различные возрастные периоды; - Изменения органов и систем под влиянием физкультурно-спортивной деятельности в различные возрастные периоды; - закономерности роста и развития организма, взаимоотношение органов друг с другом в различные возрастные периоды</p> <p><b>Умения:</b> - находить и показывать на анатомических препаратах органы, их части, детали строения. Объясняет особенности строения и функции органов и систем в различные возрастные периоды, обосновывает критерии выбора уровня физических нагрузок.</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b> - владеет анатомической терминологией адекватно отражающий морфофункциональные характеристики обучающихся, виды их двигательной деятельности.</p>	<p>1. Дайте определение органа. Приведите примеры. Что такое система органов? Приведите примеры. Что такое аппараты органов? Приведите примеры. Перечислите основные плоскости и оси тела человека. Назовите основные общие анатомические термины.</p> <p>2. Назовите известные вам типы телосложения и их отличительные особенности.</p> <p>3. Строение костной ткани. Остеон. Компактное и губчатое вещество. Химический состав и физические свойства кости.</p> <p>4. Кость как орган. Строение и значение надкостницы. Рост трубчатых костей в длину и толщину.</p> <p>5. Кость как орган. Возрастные особенности костей. Костный мозг, его функциональное значение.</p> <p>6. Активная и пассивная части опорно-двигательного аппарата. Механические и биологические функции скелета. Возрастные особенности скелета.</p> <p>7. Строение сустава, возрастные особенности. Обязательные элементы сустава. Силы, удерживающие суставные поверхности в соприкосновении.</p> <p>8. Строение сустава. Обязательные элементы сустава. Факторы, обуславливающие степень подвижности суставов.</p> <p>9. Вспомогательный аппарат суставов, его функциональное значение. Классификация суставов. Простые, сложные, комбинированные и комплексные суставы. Примеры.</p> <p>10. Локтевой сустав. Мышцы, обеспечивающие движение в локтевом суставе вокруг фронтальной и вертикальной осей.</p> <p>11. Виды работы мышц. Момент вращения мышечной силы и силы тяжести. Виды рычагов. Рычаг первого ряда. Момент вращения, условия равновесия. Виды рычагов. Рычаги второго рода. Моменты вращения мышечной силы и силы тяжести.</p> <p>12. Внешние и внутренние силы, действующие на спортсмена. Их определение и значение. Понятие об общем центре тяжести тела и площади опоры. Их значение.</p>
----------------------------------	---	---

--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент показывает слабый уровень профессиональных знаний, затрудняется при анализе практических ситуаций. Не может привести примеры из реальной практики. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент показывает недостаточные знания лекционного и практического материала, при ответе отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. На поставленные вопросы отвечает неуверенно, допускает ошибки. В ответе не всегда присутствует логика, приводятся недостаточно веские доказательства. На поставленные вопросы затрудняется с ответами, показывает недостаточно глубокие знания.
	Средний (Хорошо)	Студент показывает достаточный уровень компетентности, знание лекционного и практического материала. Ответ построен логично, привлекается информативный и Средний уровень (Хорошо) 134 иллюстративный материал, но при ответе выпускник допускает некоторые ошибки в теоретической части. Уверенно, профессионально, грамотно, ясно, четко излагает содержание вопроса. Студент знает материал, но при ответе допускает несущественные погрешности. Вопросы, задаваемые преподавателем, не вызывают существенных затруднений
	Высокий (Отлично)	Студент показывает высокий уровень компетентности, знание материала, раскрывает не только основные понятия, но и анализирует их. Профессионально, грамотно, последовательно, четко излагает материал, аргументированно формулирует выводы. На вопросы отвечает уверенно, по существу.



**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**  
**БИОМЕХАНИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Направление подготовки: *49.03.01 Физическая культура*

Направленность (профиль): *Физкультурно-оздоровительная деятельность*

Форма обучения: *очная*

Автор (ы) ФОС: Миннахметов Р.Р., к.б.н., доцент

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «24» февраля 2022 года  
Протокол № 8

Казань-2022

**1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-1	ПС 05.003 «Тренер» С/01.6 С/05.6	<p>Действия: Биомеханический анализ статических положений и движений человека. Знать: Предмет, цель, задачи и историю развития биомеханики; Механические характеристики тела человека и его движений; Биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; Биомеханику статических положений и различных видов движений человека; Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью. Уметь: Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; Оценивать эффективность статических положений и движений человека; Применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.</p>
ОПК-2	ПС 05.003 «Тренер» С/01.6 С/05.6	<p>Действия: Биомеханический анализ статических положений и движений человека. Знать: Механические характеристики тела человека и его движений; Биомеханические особенности опорнодвигательного аппарата человека; Биомеханику статических положений и различных видов движений человека; Биомеханические технологии формирования и</p>

		совершенствования движений человека с заданной результативностью. Уметь: Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений. Оценивать эффективность статических положений и движений человека. Применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.
ОПК-9	ПС 05.003 «Тренер» С/01.6 С/05.6	Действия: Применение методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека. Знать: Механические характеристики тела человека и его движений. Уметь: Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений. Оценивать эффективность статических положений и движений человека.

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе  
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	ОПК-1	тестовые задания практическая работа	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
				9 – 10

			высокий	
	ОПК-9	ситуационные задачи практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	ОПК-1	тестовые задания практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-2	практическая работа доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
<b>ОПК-1 ОПК-2 ОПК-9</b>	Ответы (устные или письменные) на вопросы билетов	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50

	Высокий	
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован	50 и менее
	Низкий	51 – 65
	Средний	66 – 84
	Высокий	85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2. ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

*Образцы*

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОПК-1	Знать: Механические характеристики тела человека и его движений; Биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; Биомеханику статических положений и различных видов движений человека; Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью. Уметь: Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений. Оценивать эффективность статических положений и	1. Какую теорию разработал ученый Н.А. Бернштейн, тем самым внося вклад в развитие биомеханики? а) маятниковую теорию; б) теорию мышечного сокращения; в) теорию управления движением; г) теорию акцептора действия.

	<p>движений человека.          Применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.</p>	
ОПК-2	<p>Знать: Механические характеристики тела человека и его движений; Биомеханические особенности опорнодвигательного аппарата человека; Биомеханику статических положений и различных видов движений человека; Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью. Уметь: Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений. Оценивать эффективность статических положений и движений человека. Применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.</p>	<p>2. Из каких элементов складывается мышечное усилие?          а) из суммы потоков эфферентной импульсации;          б) из отношения удельного натяжения к площади поперечного сечения мышцы;          в) из произведения удельного натяжения на площадь поперечного сечения мышцы;          г) из разности мембранных потенциалов.</p> <p>3. Какое максимальное число степеней свободы может иметь твердое тело в трехмерном пространстве?          а) 1;          б) 2;          в) 4;          г) 6.</p>
ОПК-9	<p>Знать: Механические характеристики тела человека и его движений. Уметь: Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений. Оценивать эффективность статических положений и</p>	<p>4. Какое из нижеперечисленных выражений не отражает понятие об общем центре тяжести тела человека?          а) точка, вокруг которой равномерно распределены все части тела;          б) точка, к которой приложена равнодействующая всех сил тяжести частей тела;          в) точка, во все стороны от которой силы тяжести не одинаковые;</p>

	движений человека.	г) точка, во все стороны от которой силы тяжести взаимно уравниваются.
--	--------------------	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК-1	<p>Действия:</p> <p>Биомеханический анализ статических положений и движений человека. Знать: Предмет, цель, задачи и историю развития биомеханики; Механические характеристики тела человека и его движений; Биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; Биомеханику статических положений и различных видов движений человека; Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью. Уметь: Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; Оценивать эффективность статических положений и движений человека; Применять биомеханические технологии формирования</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Анализ положения тела спортсмена. Определение устойчивости тела.</li> <li>– Влияние положения тела на условия устойчивости.</li> <li>– Режимы работы мышц, характер опоры при различных положениях тела.</li> </ul>

	и совершенствования движений человека с заданной результативностью.	
ОПК-9	<p>Действия: Применение методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека. Знать: Механические характеристики тела человека и его движений. Уметь: Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений. Оценивать эффективность статических положений и движений человека.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Анализ движения тела. Внешние силы и их векторные величины при выполнении движений.</li> <li>– Режимы работы мышц и их изменение в зависимости от фазы движения.</li> </ul>
ОПК-2	<p>Действия: Биомеханический анализ статических положений и движений человека. Знать: Механические характеристики тела человека и его движений; Биомеханические особенности опорнодвигательного аппарата человека; Биомеханику статических положений и различных видов движений человека; Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью. Уметь: Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений. Оценивать эффективность статических положений и движений человека. Применять биомеханические</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Расчет динамических характеристик приземления. Определение сил, возникающих в момент приземления при взаимодействии с опорной поверхностью.</li> <li>– Оценка факторов, обуславливающих силу взаимодействия с опорной поверхностью</li> </ul>



	технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.	
--	---	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Ситуационные задачи

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
-------------------------	-----------------------	---------------------

ОПК-2	<p>Действия:  Биомеханический анализ статических положений и движений человека. Знать:  Механические характеристики тела человека и его движений;  Биомеханические особенности опорнодвигательного аппарата человека;  Биомеханику статических положений и различных видов движений человека;  Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью. Уметь:  Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений.  Оценивать эффективность статических положений и движений человека.  Применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.</p>	<p>1. На Кубке конфедераций в 1997 году бразильский футболист Роберто Карлос забил один из самых известных голов в истории. После удара со штрафной дистанции до ворот (35 метров) вращающийся мяч летел со скоростью 137 км/ч. В последний момент он резко поменял траекторию полета, попав в ворота соперника. Определите, почему произошло изменение траектории полета мяча и какое физическое явление это объясняет?</p>
ОПК-1	<p>Действия:  Биомеханический анализ статических положений и движений человека. Знать:  Предмет, цель, задачи и историю развития биомеханики;  Механические характеристики тела человека и его движений;  Биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека;  Биомеханику</p>	<p>Профессиональный легкоатлет Максим готовится к Чемпионату России. Его рост равен 196 см, а его масса – 65 кг. Ежедневно он тренируется в манеже по 2,5 часа в день, при этом используя на тренировочных занятиях легкоатлетические шиповки. Коэффициент трения данной обуви с поверхностью дороги равен 0,19. Определите силу и ускорение, которые может развить спортсмен во время бега.</p>

	<p>статических положений и различных видов движений человека;</p> <p>Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью. Уметь:</p> <p>Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений;</p> <p>Оценивать эффективность статических положений и движений человека;</p> <p>Применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.</p>	
ОПК-9	<p>Действия: Применение методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека. Знать: Механические характеристики тела человека и его движений. Уметь: Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений. Оценивать эффективность статических положений и движений человека.</p>	<p>Никита профессионально занимается легкой атлетикой. Каждый день он тренируется на стадионе, длина беговой дорожки которого – 400 м. Определите, чему будет равно перемещение спортсмена, если он финишировал через 68 секунд.</p>

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Ситуационная задача	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий	Студент знает лишь основной материал; на

	(Удовлетворительно)	заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

#### Темы докладов

1. Кинематические характеристики движений человека.
2. Способы измерений силовых характеристик.
3. Динамические особенности движений человека и роль различных сил при решении двигательных задач.
4. «Золотое правило» движения в биомеханике человека.
5. Звенья тела как рычаги и маятники

#### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Доклад	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОПК-1	Действия: Биомеханический анализ статических положений и движений человека. Знать: Предмет, цель, задачи и историю развития	Предмет биомеханики как науки о движениях. Объект познания и область изучения

	<p>биомеханики;  Механические характеристики тела человека и его движений;  Биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; Биомеханику статических положений и различных видов движений человека;  Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.  Уметь: Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; Оценивать эффективность статических положений и движений человека; Применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.</p>	
ОПК-9	<p>Действия: Применение методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека.  Знать: Механические характеристики тела человека и его движений. Уметь: Определять биомеханические</p>	<p>Особенности применения оптических методов регистрации движений и их практическое значение</p>

	<p>характеристики тела человека и его движений. Оценивать эффективность статических положений и движений человека.</p>	
ОПК-2	<p>Действия: Биомеханический анализ статических положений и движений человека. Знать: Механические характеристики тела человека и его движений; Биомеханические особенности опорнодвигательного аппарата человека; Биомеханику статических положений и различных видов движений человека; Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью. Уметь: Определять биомеханические характеристики тела человека и его движений. Оценивать эффективность статических положений и движений человека. Применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.</p>	<p>Степени свободы в биомеханике спорта. Примеры ограничений степеней свободы во время выполнения движений.</p>

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**  
**БИОХИМИЯ ЧЕЛОВЕКА**  
(наименование дисциплины)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
(шифр, наименование)

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная  
деятельность  
(направленность (профиль) подготовки)

Форма обучения: очная  
(очная/заочная)

Автор (ы) ФОС: Кашанов Р.И., доцент  
(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «07» марта 2019 года  
Протокол № 8.



# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p><b>ОПК-1</b> <b>ОПК-9</b></p>	<p style="text-align: center;">ПС «Тренер» С/05.6</p>	<p><b>Знание:</b> химический состав организма человека; возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</p> <p><b>Умение:</b> выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b> использования</p>

		анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера
--	--	---

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

### **Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	ОПК-1	Практическая работа Ситуационная задача Тестовые задания Доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-9	Практическая работа Ситуационная задача Тестовые задания Доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10

<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	ОПК-1	Практическая работа Ситуационная задача Тестовые задания Доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	ОПК-9	Практическая работа Ситуационная задача Тестовые задания Доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

### Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК-1 ОПК-9	Ответ на вопрос зачета	не аттестован низкий средний высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

### Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	не аттестован низкий средний высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	не аттестован низкий средний высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	не аттестован низкий	50 и менее 51 – 65

	средний высокий	66 – 84 85 – 100
--	--------------------	---------------------

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Доклад на заданную тему

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тематика докладов
ОПК-1 ОПК-9	<p><b>Знание:</b> химический состав организма человека; возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</p> <p><b>Умение:</b> выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b> использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной</p>	<p>1. Биохимическое обоснование положительного влияния систематических занятий физическими упражнениями и спортом на здоровье и работоспособность человека в различные возрастные периоды.</p> <p>2. Принцип сбалансированного питания с учетом энергозатрат для лиц, занимающихся спортом, и не спортсменов</p> <p>3. Причины ограниченных аэробных возможностей у детей и подростков.</p>

	<p>деятельности;          владения приемами и методами          устранения метаболитов обмена          углеводов, липидов, белков,          образующихся при мышечной          деятельности различного характера</p>	
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Доклад	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы. Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины. Не использованы информационные технологии (Power Point). В представленной информации имеются ошибки. Нет ответов на заданные вопросы. Коммуникативные навыки не демонстрируются или их уровень очень низкий.
	Низкий (Удовлетворительно)	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы. Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна. Использован 1-2 профессиональный термин. Используются информационные технологии, но качество презентации низкое: отсутствует наглядность и логика изложения информация, восприятие информации затруднено. В представленной информации имеются ошибки. Ответы на заданные вопросы вызывают затруднение и/или отвечает только на элементарные вопросы. Демонстрирует достаточные для восприятия информации коммуникативные навыки.
	Средний (Хорошо)	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы. Представляемая информация систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов. Используются информационные технологии (Power Point), удовлетворительное качество презентации: материал изложен ясно и логично, достаточный уровень наглядности для восприятия информации. Ответы на вопросы полные и/или частично полные. Демонстрирует высокий уровень коммуникативных навыков, удерживая внимание аудитории
	Высокий (Отлично)	Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением



		крови б) потребления кислорода в) концентрации мочевины в крови г) работоспособности
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК-1 ОПК-9	<p><b>Знание:</b> химический состав организма человека; возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</p> <p><b>Умение:</b> выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b> использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся,</p>	<p>1. Биохимические изменения в организме при работе различного характера</p> <p>а) изменения обмена веществ в организме в связи с мышечной деятельностью</p> <p>б) запасы энергетических веществ в организме, механизмы их использования для обеспечения мышечной работы</p> <p>в) показатели биохимических сдвигов при мышечной работе.</p> <p>2. Биохимические закономерности адаптации к мышечной деятельности</p> <p>а) кумулятивные биохимические изменения под влиянием систематической мышечной тренировки, их специфичность в зависимости от направленности тренировки</p> <p>б) закономерности развития адаптационных биохимических изменений: правильное соотношение работы и отдыха, принцип сверхотягощения, принцип специфичности, цикличность и обратимость адаптационных изменений</p> <p>в) биохимическое обоснование применения средств и методов,</p>

	<p>виды их двигательной деятельности; владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера</p>	<p>усиливающих адаптационные биохимические изменения.  г) последовательность биохимических изменений при систематической тренировке.</p> <p>3. Обмен белков  а) превращение белков в желудочно-кишечном тракте  б) пути использования и превращения аминокислот в организме  в) дезаминирование, переаминирование, декарбоксилирование аминокислот  г) обезвреживание и транспорт аммиака в организме, образование мочевины.</p>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.



	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.
--	----------------------	--

### Ситуационные задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Ситуационные задания
ОПК-1 ОПК-9	<p><b>Знание:</b> химический состав организма человека; возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</p> <p><b>Умение:</b> выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b> использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; владения приемами и методами устранения метаболитов обмена</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Определите, в какой последовательности будут использоваться разные источники энергии в скелетных мышцах при беге на дистанцию 10 км, начиная с первых секунд работы и до завершения дистанции. Ответ обоснуйте.</li> <li>2. В моче больного обнаружены кетоновые тела. Установите возможные причины кетонурии. Какие дополнительные биохимические анализы мочи и крови необходимо провести, чтобы выяснить причину кетонурии. Назовите состояние организма, при которых может наблюдаться кетонурия.</li> <li>3. У подростка снижена способность к выполнению физической работы. При исследовании биоптата мышц было выявлено, что концентрация карнитина в ткани меньше нормы в несколько раз. В цитозоле клеток мышц обнаружены вакуоли жира. Каковы возможные причины такого состояния? Объясните роль карнитина в этом процессе.</li> <li>4. Во время выполнения интенсивной мышечной работы</li> </ol>

	углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера	концентрация лактата в крови повышается, а затем в период покоя концентрация лактата в крови снижается. Почему это происходит? Каким превращениям подвергается лактат в печени в период восстановления после интенсивной мышечной работы?
--	---	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Ситуационные задания	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент выполнил работу не полностью или объем выполненной части работы не позволяет сделать правильные выводы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент выполнил работу не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильные результаты и выводы; в ходе проведения работы были допущены ошибки.
	Средний (Хорошо)	Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, но допустил 2-3 ошибки.
	Высокий (Отлично)	Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий; в ответе правильно и аккуратно выполняет все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления;/или правильно и аккуратно выполнил все задания; правильно выполняет анализ ошибок.

### Темы рефератов и презентаций

1. Обмен нуклеиновых кислот
2. Водно-минеральный обмен
3. Витамины.
4. Гормоны
5. Биохимия крови.
6. Биохимия почек и мочи
7. Биоэнергетика мышечной деятельности

8. Биохимические сдвиги в организме при мышечной работе. Молекулярные механизмы утомления
9. Биохимические закономерности восстановления после мышечной работы
10. Биохимические основы двигательных качеств
11. Возрастные и половые особенности метаболизма при выполнении мышечных нагрузок
12. Биохимические закономерности адаптации к мышечной работе
13. Биохимические основы питания
14. Биохимический контроль в спорте

Требования к оформлению рефератов и презентаций.

Текст реферата должен быть оформлен в соответствии с требованиями ГОСТ. Общий объём работы – 10-15 страниц печатного текста на бумаге формата А4, на одной стороне листа. Реферат должен содержать: титульный лист, оглавление, введение, основную часть (разделы, части), выводы (заключительная часть), приложения, пронумерованный список использованной литературы (не менее 5-ти источников) с указанием автора, названия, места издания, издательства, года издания. В начале реферата должно быть оглавление, в котором указываются номера страниц по отдельным главам. Во введении следует отразить место рассматриваемого вопроса в научной проблематике, его теоретическое и прикладное значение. (Обосновать выбор данной темы, коротко рассказать о том, почему именно она заинтересовала автора). Основная часть должна излагаться в соответствии с планом, четко и последовательно. В тексте должны быть ссылки на использованную литературу.

Выводы (заключительная часть) должны содержать краткое обобщение рассмотренного материала, выделение наиболее достоверных и обоснованных положений и утверждений, а также наиболее проблемных, разработанных на уровне гипотез, важность рассмотренной проблемы с точки зрения практического приложения, мировоззрения, этики и т.п. В этой части автор подводит итог работы, делает краткий анализ и формулирует выводы.

Используемые литературные источники следует располагать в алфавитном порядке. На интернет ресурсы должны быть ссылки.

#### Требования к презентации

- презентация должна быть выполнена в программе Microsoft Power Point в формате ppt или pptx;
- объем презентации - около 10 слайдов;
- презентация должна включать титульный слайд; содержание; актуальность выбранной темы; цели и задачи, выделенные в реферате; основные тезисы реферата, иллюстрированные формулами, картинками, схемами, графиками; выводы; список литературы;

- указание номеров страниц, оформление подписей к иллюстрациям и другому графическому материалу;
- стандартное время на выступление с презентацией к реферату составляет 5-7 минут.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОПК-1 ОПК-9	<b>Знание:</b> химический состав организма человека; возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;	1. Биохимическое обоснование методов повышения выносливости. 2. Задачи и методы биохимического контроля в спорте. 3. Особенности регуляции обмена веществ при выполнении мышечной работы. 4. Биохимические основы

	<p>закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</p> <p><b>Умение:</b> выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;</p> <p>моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b> использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</p> <p>владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера</p>	<p>выносливости.</p>
--	--	----------------------

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на

		поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.
--	--	---

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

**ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА**

*(наименование дисциплины / практики в соответствии с учебным планом)*

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
*(шифр, наименование)*

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность  
*(направленность (профиль) подготовки)*

Форма обучения: очная  
*(очная/заочная)*

Автор (ы) ФОС: Назаренко А.С., к.б.н., доцент, Румянцева Э.Р. д.б.н., профессор

*(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)*

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры « 24 » февраля 2022 года  
Протокол № 8.

Казань-2022

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-1	<p><b>ПС 05.003 «Тренер»</b> С/05.6 <b>ПС 05.008</b> <b>«Инструктор-методист»</b> D/02.6</p>	<p><b>Знания:</b> - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; физиологические, биомеханические основы развития физических качеств; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; <b>Умения:</b> - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; <b>Навыки и/или опыт деятельности:</b> - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся</p>
ОПК- 2	<p><b>ПС 05.003 «Тренер»</b> С/05.6 <b>ПС 05.008</b> <b>«Инструктор-методист»</b> D/02.6</p>	<p><b>Знания:</b> - анатомо-физиологических особенностей лиц различного пола на этапах развития, служащих основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности, анализа результатов тренировочного процесса, на спортивно-оздоровительном, начальном и этапе совершенствования; <b>Умения:</b> - использовать методики и</p>



		<p>средства оценки перспективности спортсмена по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию.</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения оценки функционального состояния человека.</li> </ul>
ОПК 9	<p><b>ПС 05.003 «Тренер»</b> C/05.6 <b>ПС 05.008</b> <b>«Инструктор-методист»</b> D/02.6</p>	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;</li> <li>- механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности.</li> </ul> <p><b>Умения:</b> - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170,</li> </ul>

		<p>пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся</p> <p>корректирующая проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, теппинг-тест и др.).</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <p>- контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола.</p>
--	--	---

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена.

### **Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b> Физиология возбудимых тканей, Координационная деятельность ЦНС, Частная физиология ЦНС и Физиология высшей нервной деятельности.	ОПК-1 ОПК-2	Практические работы	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-9	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	<b>макс:</b>			<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b> Физиология крови, кровообращения и дыхания, Физиология пищеварения, обмена веществ и энергии, выделения, терморегуляции, желез внутренней секреции	ОПК-1 ОПК-2	Практические работы	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-9	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>			<b>20</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной**

### аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
		ОПК-1, ОПК-2, ОПК-9	Ответы (устные или письменные) на вопросы билетов, тестирование
<b>макс: 50 баллов</b>			

### Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
	Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень

66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК 1	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;</li> </ul> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Определение основного обмена по таблицам;</li> <li>- Определение соответствия основного обмена нормативным данным по гемодинамическим показателям.</li> <li>- Определение величины основного обмена по площади поверхности тела.</li> <li>- Определение состава тела и основного обмена с помощью прибора ТАНИТА</li> </ul>
ОПК 2	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию.</li> </ul> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения оценки функционального состояния человека.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Определение реактивности симпатической и парасимпатической нервной систем по ортостатическим и клиностатическим пробам.</li> <li>- Оценка вегетативного обеспечения (проба Мартинетта);</li> <li>- Определение состояния показателей дыхательной системы (спирометрия)</li> </ul>
ОПК 9	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Определение состояния сердечно-сосудистой системы.;</li> <li>- Определение типов ВНД;</li> <li>- Определение состояния</li> </ul>

	<p>состояниях организма;  - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, теппинг-тест и др.).  <b>Навыки и/или опыт деятельности:</b>  - контроля за состоянием различных функциональных систем</p>	<p>нерв-мышечного аппарата.</p>
--	--	---------------------------------

	жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола.	
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Неудовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
<i>ОПК 1</i>	<b>Знания:</b>	<b>Какая структура не является</b>

	<p>- физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;</p>	<p><b>компонентом рефлекторной дуги?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Сегмент спинного мозга;</li> <li>2) Обстановочная афферентация;</li> <li>3) Эфферентное нервное волокно;</li> <li>4) Афферентное нервное волокно</li> </ol> <p><b>Наличие полярности мембраны клетки объясняет:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Мембранно-ионная теория</li> <li>2) Теория скользящих нитей</li> <li>3) Принцип индукции</li> <li>4) Принцип доминанты</li> </ol> <p><b>Величина мембранного потенциала в основном зависит от концентрации ионов</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Калия</li> <li>2) Кальция</li> <li>3) Натрия</li> <li>4) Хлора</li> </ol>
<p><i>ОПК 2.</i></p>	<p><b>Знания:</b></p> <p>- анатомо-физиологических особенностей лиц различного пола на этапах развития, служащих основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности, анализа результатов тренировочного процесса, на спортивно-оздоровительном, начальном и этапе совершенствования;</p>	<p><b>Что приводит к интенсивному выбросу ацетилхолина (медиатор) из синаптической бляшки в синаптическую щель?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. деполяризация пресинаптической мембраны</li> <li>2. гиперполяризация постсинаптической мембраны</li> <li>3. деполяризация постсинаптической мембраны</li> <li>4. гиперполяризация пресинапса</li> </ol> <p><b>Что произойдет, если полностью перерезать спинной мозг?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Исчезновение чувствительности и нарушение движений.</li> <li>2. Резкое падение возбудимости и угнетение рефлекторных функций всех нервных центров, расположенных ниже перерезки.</li> <li>3. Полное исчезновение двигательных реакций, но сохранение чувствительности.</li> <li>4. Повышение возбудимости и появление гиперрефлексии;</li> </ol>



		<p><b>Рефлексы, возникающие для поддержания позы при движении, называются?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. вегетативные</li> <li>2. статокинетические</li> <li>3. спинальные</li> <li>4. статические</li> <li>5. выпрямительные</li> </ol>
ОПК -9	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;</li> <li>- механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Описать методику проведения ортостатической пробы и ее физиологическое значение;</li> <li>• Описать методику проведения клиностатической пробы и ее физиологическое значение;</li> <li>• Описать методику записи ЭКГ и ее значение для оценки состояния сердечно-сосудистой системы человека.</li> </ul>

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

### Темы рефератов и презентаций

1. История развития физиологии как науки.
2. Казанская физиологическая школа.
3. История изучения биопотенциалов.

4. Электрокардиограмма, история изучения и ее практическое применение в медицине и спорте.

### Требования к оформлению рефератов и презентаций.

**Реферат** – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем реферата не более 5 страниц в формате word (предоставляется в электронном виде).

**Презентация** – представление студентом наработанной информации по теме реферата в виде набора до 15-20 слайдов, подготовленных в выбранной программе (предоставляется в электронном виде).

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### Темы курсовых работ

1. Курсовые работы не предусмотрен.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОПК1	<p><b>Знания:</b>            - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;            физиологические, биомеханические основы развития физических качеств;            - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</p> <p><b>Умения:</b>            - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b>            - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предмет и задачи физиологии, ее связь с другими науками. Методы исследования в физиологии.</li> <li>2. Понятие об организме, организм как сложная биологическая система.</li> <li>3. Физиология возбудимых тканей: основные функциональные характеристики возбудимых тканей – возбудимость, лабильность, проводимость, сократимость.</li> <li>4. Раздражимость и раздражители, классификация раздражителей.</li> <li>5. Биоэлектрические явления в возбудимых тканях. История исследования биоэлектрических потенциалов.</li> <li>6. Мембранно-ионная теория происхождения потенциал покоя и его механизм.</li> <li>7. Мембранно-ионная теория происхождения потенциал действия, его механизм и фазы.</li> <li>8. Фазы изменения возбудимости при возбуждении и их биологическое значение.</li> <li>9. Понятие о нервном центре и основные свойства нервных центров:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- одностороннее проведение возбуждения;</li> <li>- замедленное проведение возбуждения;</li> <li>- конвергенция и дивергенция;</li> <li>- высокая утомляемость;</li> <li>- трансформация ритма;</li> <li>- явление суммации;</li> <li>- явление последействия;</li> <li>- тонус нервных центров;</li> <li>- пластичность;</li> <li>- высокая чувствительность к недостатку кислорода.</li> </ul> </li> <li>10. Механизмы координации</li> </ol>

	<p>контингента занимающихся</p>	<p>рефлекторной деятельности центральной нервной системы(ЦНС):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- иррадиация.</li> <li>- индукция.</li> <li>- доминанта.</li> <li>- окклюзия.</li> <li>- облегчение (суммация).</li> <li>- принцип общего конечного пути, или принцип воронки.</li> <li>- реципрокное или сопряженное торможение мышц антагонистов.</li> <li>- принцип обратной связи.</li> </ul>
<p>ОПК 2</p>	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анатомо-физиологических особенностей лиц различного пола на этапах развития, служащих основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности, анализа результатов тренировочного процесса, на спортивно-оздоровительном, начальном и этапе совершенствования;</li> </ul> <p><b>Умения:</b> - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию.</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения оценки функционального состояния человека.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>11. Торможение в ЦНС, виды центрального торможения.</li> <li>12. Центральная нервная система-функциональная организация спинного мозга. Роль спинного мозга в регуляции движений и вегетативных функций.</li> <li>13. Продолговатый мозг, Варолиев мост их функции.</li> <li>14. Мозжечок, функциональные связи и функции мозжечка.</li> <li>15. Средний мозг, функции среднего мозга.</li> <li>16. Промежуточный мозг и его функции.</li> <li>17. Неспецифические системы мозга. Ретикулярная формация, ее восходящие и нисходящие влияния</li> <li>18. Базальные ганглии (подкорковые ядра), их функциональное значение.</li> <li>19. Лимбическая система мозга и её функции.</li> <li>20. Кора больших полушарий, корковые нейроны и функциональное значение различных корковых полей.</li> <li>21. Понятие о парной деятельности и доминировании полушарий головного мозга.</li> <li>22. Электрическая активность коры больших полушарий головного мозга.</li> <li>23. Структурно-функциональная организация симпатической нервной системы.</li> <li>24. Структурно-функциональная организация парасимпатической нервной</li> </ul>

<p>ОПК 9.</p>	<p><b>Знания:</b>  - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;  - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности.</p> <p><b>Умения:</b> - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;  - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию, эргометрию,</p>	<p>системы.</p> <p>25. Понятие о высшей нервной деятельности (ВНД). Условия образования и разновидности условных рефлексов.</p> <p>26. Торможение условных рефлексов, внешнее и внутреннее торможение условных рефлексов.</p> <p>27. Понятие о динамическом стереотипе. Двигательный динамический стереотип, как система условных и безусловных рефлексов.</p> <p>28. Типы высшей нервной деятельности (ВНД) и специфические человеческие типы ВНД.</p> <p>29. Скелетные мышцы, иннервация и функции скелетных мышц. Двигательная (моторная) единица, строение, виды и характеристика моторных единиц.</p> <p>30. Мышечное волокно, состав мышечного волокна. Миофибриллы и протофибриллы. Состав актиновых и миозиновых нитей. Понятие о саркомере, зоны саркомера.</p> <p>31. Механизмы сокращения мышечного волокна - передача возбуждения через нервно-мышечный си-напс. Возникновение потенциала концевой пластинки (ПКП) и мышечного потенциала действия (ПД). Саркоплазматический ретикулум (СПР). Строение и роль СПР в сокращении мышечного волокна.</p> <p>32. Механизмы сокращения мышечного волокна, как результат электромеханического сопряжения – возникновение мышечного потенциала действия, его распространение, механизм образования поперечных мостиков, гребковые движения головок миозина. скольжение актиновых нитей вдоль миозиновых, как результат укорочения саркомеров и всего мышечного волокна.</p> <p>33. Одиночное и тетаническое мышечное</p>
---------------	---	---

	<p>телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки</p>	<p>сокращение, виды тетануса. Зависимость сокращения мышцы от формы сокращения отдельных двигательных единиц и их координации во времени. Электромио-грамма(ЭМГ) и оценка по ЭМГ характера работы мышцы и силы мышечных сокращений.</p> <p>34. Типы мышечных волокон и их характеристика.</p> <p>35. Функциональные основы мышечной силы - количество мышечных волокон и моторных единиц, анатомический и физиологический поперечник, исходная длина мышцы.</p> <p>36. Изотонический, изометрический и ауксотонический режимы работы мышц. Закон средних нагрузок мышцы и среднего темпа движений.</p> <p>37. Энергетика мышечного сокращения. Фосфогенная, гликолитическая и окислительная энергетическая система мышечной деятельности.</p> <p>38. Отделы и основные функции сенсорных систем. Зрительная сенсорная система, отделы зрительного анализатора. Светопреломляющие среды глаза и преломление света (рефракция).</p> <p>39. Аккомодация и ближняя точка ясного видения. Понятие о близорукости и дальнозоркости. Фоторецепторы глаза и процесс преобразования световых раздражителей в нервное возбуждение.</p> <p>40. Характеристика остроты зрения и поля зрения. Бинокулярное зрение. Мышечный баланс глаза.</p> <p>41. Отделы и основные функции сенсорных систем. Слуховая сенсорная система, отделы слухового анализатора. Функции наружного и среднего уха.</p> <p>42. Внутреннее ухо и его функции. Физиологический механизм восприятия звука. Понятие о костной и воздушной проводимости.</p> <p>43. Отделы и основные функции сенсорных систем. Вестибулярная</p>
--	---	--

	<p>точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, теппинг-тест и др.).</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <p>- контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола.</p>	<p>сенсорная система, строение и отделы вестибулярного анализатора. Функционирование вестибулярного аппарата. Влияние раздражений вестибулярной системы на другие функции организма.</p> <p>44. Отделы и основные функции сенсорных систем. Двигательная сенсорная система, отделы двигательного анализатора. Проприорецепторы двигательного анализатора и их функции.</p> <p>45. Обработка сенсорной информации в рецепторных, проводниковых и корковых отделах анализаторов. Значение деятельности сенсорных систем в спорте.</p> <p>46. Основные принципы организации движений, функциональная система управления движениями.</p> <p>47. Рефлекторное кольцевое регулирование и программное управление произвольными движениями. Три основных функциональных блока мозга.</p> <p>48. Роль различных отделов ЦНС в регуляции позно-тонических реакций.</p> <p>49. Роль спинного мозга, подкорковых отделов и коры больших полушарий в регуляции движений. Речевая регуляция движений.</p> <p>50. Нисходящие моторные системы регуляции движениями - пирамидная и экстрапирамидная система.</p> <p>51. Кровь. Объём крови и общая характеристика форменных элементов крови. Гематокрит, его влияние на вязкость крови. Величины гематокрита у мужчин, женщин и детей. Функции крови. Эритроциты и их функции.</p> <p>52. Лейкоциты, их количество в крови здорового человека. Гранулоциты и агранулоциты и их функции. Лейкоцитарная формула. Понятие о лейкоцитозе и лейкопении.</p> <p>53. Состав плазмы крови, её удельный вес, осмотическое давление, кислотно-</p>
--	--	--

		<p>щелочное состояние, коллоидные свойства и белки плазмы крови. рН венозной и рН артериальной крови. Буферные системы крови.</p> <p>54. Свёртывание крови и фазы свертывания. Группы крови. Переливание крови. Регуляция свёртывания крови.</p> <p>55. Основные свойства сердечной мышцы. Автоматия сердца, водители ритма сердца и проводящая система сердца. Возбудимость сердца и её характеристика. Закон «всё или ничего». Проводимость сердца. Причины, влияющие на проводимость в разных участках сердца. Сократимость сердечной мышцы и закон сердца Франка-Старлинга.</p> <p>56. Электрокардиография. Электрокардиограмма (ЭКГ) и функциональная характеристика зубцов, интервалов и комплексов ЭКГ.</p> <p>57. Частота сердечных сокращений, величины ЧСС, от чего зависит ЧСС. Понятие о брадикардии, тахи-кардии, синусовой и дыхательной аритмии. Понятие о систоле и диастоле. Сердечный цикл и его фазы.</p> <p>58. Ударный объём крови (УОК), минутный объём крови (МОК) и сердечный индекс (СИ) в покое и при физической нагрузке. Метаболизм сердечной мышцы. Влияние на деятельность сердца симпатического отдела и парасимпатического отдела ВНС.</p> <p>59. Рефлекторная и гуморальная регуляция работы сердца. Внутриклеточные механизмы регуляции работы сердца – закон Франка-Старлинга или «закона сердца», «феномен лестницы» Боудича и эффект Анрепа.</p> <p>60. Классификация сосудов по функциональным свойствам. Минутный объём крови и объёмная ско-рость кровотока. Линейная скорость кровотока</p>
--	--	--



		<p>и её величины в различных отделах сосудистого русла.</p> <p>61. Артериальное (кровеное) давление и её величины в различных отделах сосудистого русла. Понятия <math>\tau</math>-систолическое, диастолическое, пульсовое и среднее артериальное давление. Причины, влияющие на величину артериального давления. Измерение артериального давления по методу Рива-Роччи –Короткова.</p> <p>62. Особенности кровоснабжения легких. Особенности кровоснабжения сердца и кровотока в сосудах сердца. Артериальный пульс, его происхождение, определение и регистрация. Влияние симпатических и парасимпатических нервных волокон на деятельность сосудов.</p> <p>63. Сосудодвигательный центр, его отделы и влияние на тонус сосудов. Влияние на тонус сосудов со стороны высшего и низшего отделов сосудодвигательного центра. Экстероцептивные и интероцептивные рефлексогенные зоны регуляции сердечно-сосудистой системы. Гуморальная регуляция тонуса сосудов – сосудосуживающие и сосудорасширяющие вещества.</p> <p>64. Внешнее дыхание и органы, обеспечивающие внешнее дыхание. Механизм вдоха и выдоха. Плевральная полость и её роль в акте вдоха и выдоха. Общая ёмкость лёгких и её компоненты.</p> <p>65. Парциальное давление газов, их диффузия из альвеолярного воздуха в кровь и из кро<math>\tau</math>-ви в альвеолы легких. Состав вдыхаемого, выдыхаемого и альвеолярного воздуха.</p> <p>66. Транспорт кислорода кровью. Кислородная емкость крови и кривая диссоциации оксигемоглобина.</p> <p>67. Транспорт углекислого газа кровью.</p>
--	--	---

		<p>68. Обмен газов между кровью и тканями. Артерио-венозная разность по кислороду. Коэффициент утилизации (использования) кислорода и его определение.</p> <p>69. Роль рефлекторных реакций со стороны специфических рецепторов в регуляции дыхания. Регуляция дыхания на основе механизма обратных связей от механорецепторов лёгких (рецепторы растяжения, ирритантные рецепторы, джи-рецепторы, проприорецепторы).</p> <p>70. Дыхательный центр и его отделы. Роль центральных и периферических хеморецепторов в поддержании постоянства газового состава внутренней среды организма.</p> <p>71. Основные функции желудочно-кишечного тракта. Сущность процесса пищеварения, его значение для организма. Общий план строения пищеварительной системы. Пищеварение в полости рта. Характеристика основных слюнных желез. Состав, свойства слюны и её физиологическая роль.</p> <p>72. Пищеварение в желудке. Состав и свойства желудочного сока. Пищеварение в двенадцатиперстной кишке.</p> <p>73. Роль печени и поджелудочной железы в пищеварении. Пищеварение в тонком кишечнике. Полостное и пристеночное пищеварение.</p> <p>74. Пищеварение в толстом кишечнике. Микрофлора толстого кишечника и её роль в жизнедеятельности организма. Всасывание продуктов переваривания пищи и механизмы всасывания – диффузия фильтрация, осмос.</p> <p>75. Понятие об обмене веществ и энергии. Белки и их назначение. Состав и расщепление белков. Азотистый баланс и азотистое равновесие.</p> <p>76. Поступление углеводов в организм, их расщепление, всасывание и</p>
--	--	--

		<p>депонирование. Назначение углеводов. Гипогликемия и гипергликемия.</p> <p>77. Физиологическая роль липидов. Обмен нейтральных жиров. Жировая ткань и её назначение. Обмен фосфатидов и стеридов.</p> <p>78. Обмен воды. Обмен минеральных солей. Обмен витаминов. Гиповитаминоз и авитаминоз.</p> <p>79. Общая характеристика выделительных процессов. Почки и их функции. Строение нефрона.</p> <p>80. Процесс мочеобразования – фильтрация, реабсорбция, секреция. Регуляция мочеобразования.</p> <p>Гомеостатическая функция почек.</p> <p>81. Потоотделение, функции потоотделения, состав и количество пота. Термическое и эмоциональное потоотделение. Потоотделение, вызываемое физической работой. Регуляция потоотделения.</p> <p>82. Общая характеристика эндокринной системы – способы гуморальной регуляции, названия эндокринных желез человека, методы их изучения и общие свойства желез внутренней секреции. Гормоны, механизм поддержания необходимой концентрации гормонов в крови (отрицательная обратная связь), структура и функции гормонов. Механизм влияния гормонов на клеточную активность.</p> <p>83. Гипофиз, строение гипофиза. Тропные и эффекторные гормоны гипофиза их характеристика и влияние на организм. Либерины и статины.</p> <p>84. Надпочечники, гормоны коры и мозгового слоя надпочечников, и их влияние на организм.</p> <p>85. Щитовидная и околощитовидные железы, их гормоны и влияние на организм.</p> <p>86. Функции вилочковой железы и</p>
--	--	--

		<p>эпифиза. Эндокринные функции поджелудочной железы.</p> <p>87. Функции половых желез, их гормоны и влияние на организм. Овариально-менструальный цикл и его фазы.</p> <p>88. Понятие о терморегуляции, теплообразовании и теплоотдачи. Температура тела человека, изотермия и суточные колебания температуры тела. Понятие гипотермии и гипертермии.</p> <p>89. Механизмы теплообразования и механизмы теплоотдачи.</p> <p>90. Регуляция теплообмена, восприятие и анализ температуры окружающей среды, нервный и гуморальный механизм терморегуляции.</p>

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**  
ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) подготовки: Физкультурно-оздоровительная  
деятельность

Форма обучения: очная

Автор(ы) ФОС: канд мед. наук, доцент Давлетова Н.Х.

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «7» марта 2019 года  
Протокол № 8.

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-6 ОПК-7	<p>ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» D/01.6</p> <p>ПС «Тренер» C/05.6</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- гигиенические средства восстановления;</li> <li>- гигиенические принципы закаливания;</li> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержания;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп.</li> </ul> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий).</li> </ul> <p>Навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и</li> </ul>

		использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации.
--	--	---

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена.

### Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	ОПК-6	практические работы ситуационная задача тестирование	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
			<b>макс:</b>	<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	ОПК-7	практические работы ситуационная задача тестирование	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
			<b>макс:</b>	<b>20</b>
			<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>	<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
			<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>	<b>50</b>

## Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК 6 ОПК 7	Тестирование	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

## Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень



## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОПК-6 ОПК-7	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- гигиенические средства восстановления;</li> <li>- гигиенические принципы закаливания;</li> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержания;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп.</li> </ul>	<p>1. Какова норма влажности в помещении при физической работе?</p> <p>А. 20-30 %          Б. 30-40 %          В. 40-50 %          Г. 50-60 %</p> <p>2. Сложный динамический комплекс различных атмосферных факторов, который оказывает влияние на организм человека:</p> <p>А. климат          Б. акклиматизация          В. адаптация          Г. погода</p> <p>3. Наиболее благоприятная температура воды для питья:</p> <p>А. 2-6<sup>0</sup> С          Б. 7-12<sup>0</sup> С          В. 13-15<sup>0</sup> С          Г. 16-20<sup>0</sup> С</p> <p>4. К спортивным сооружениям группы А относятся:</p> <p>А. бассейны          Б. душевые          В. спортивные залы          Г. массажные</p> <p>5. В каких помещениях не допускается естественное освещение?</p> <p>А. залы для легкой атлетике          Б. в складах оружия          В. огневых зон крытых тиров          Г. крытых катках</p> <p>6. В чем заключается суть метода гигиенического эксперимента:</p> <p>А. в натуральных или лабораторных условиях изучить влияние различных факторов окружающей среды на организм человека;</p> <p>Б. изучение и подробное описание санитарно-гигиенического состояния изучаемого объекта;</p> <p>В. составление санитарной карты</p>

		<p>помещения; г) верно б), в).</p> <p>7. Рациональное питание – это: А. питание человека, которое учитывает его физиологические потребности в питательных веществах; Б. питание человека, которое учитывает его физиологические потребности в энергетической ценности; В. питание человека, которое учитывает его физиологические потребности основываясь на данных о возрасте, физической активности; Г. верно а), б), в).</p> <p>8. Понятие «режим питания» включает в себя: А. число приемов пищи или кратность питания; Б. время приемов пищи и интервалы между ними; В. поддержание идеального веса и отличной физической формы; Г. снижение риска травм и болезней; Д. образ действий человека или его поведение во время еды.</p> <p>9. Средний физиологический уровень потребления жира здоровым взрослым человеком зависит от: А. пола; Б. возраста; В. массы тела; Г. роста; Д. рода трудовой деятельности, количества выполняемой физической нагрузки.</p>
--	--	---

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	<ul style="list-style-type: none"> <li>– не аттестован</li> <li>– низкий</li> <li>– средний</li> <li>– высокий</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>50% и менее</li> <li>51% – 65 %</li> <li>66 % – 84%</li> <li>85% – 100%</li> </ul>

### **Практические работы**

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК-6 ОПК-7	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- гигиенические средства восстановления;</li> <li>- гигиенические принципы закаливания;</li> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп.</li> </ul> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий).</li> </ul>	<p>Проведите гигиеническое обследование микроклимата в тренажерном зале.</p> <p>Определите, чему равны:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средняя температура в тренажерном зале</li> <li>- вертикальный перепад температуры</li> <li>- дефицит насыщения</li> <li>- относительная влажность воздуха</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Какими приборами измеряется влажность воздуха?</li> <li>2. Какие теплоощущения будут преобладать при данных параметрах микроклимата («комфортно», «душно», «холодно», «очень холодно»)?</li> <li>3. Какой из способов теплоотдачи будет преобладать при данных параметрах микроклимата?</li> <li>4. Оцените микроклимат, дайте гигиенические рекомендации по улучшению параметров микроклимата тренажерного зала.</li> </ol>

## Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Ситуационная задача

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Ситуационная задача
ОПК-6 ОПК-7	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- гигиенические средства восстановления;</li> <li>- гигиенические принципы закаливания;</li> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержания;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к</li> </ul>	<p>Задача 1. Используя список, приведенный ниже, впишите в пустые ячейки таблицы тот комплект одежды и обуви, одев который школьник будет чувствовать себя комфортно на уроке физической культуры с учетом температуры окружающей среды.</p> <p>Список одежды:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- хлопчатобумажный трикотажный тонкий спортивный костюм;</li> <li>- теплый спортивный костюм;</li> <li>- майка;</li> <li>- белая футболка;</li> <li>- хлопчатобумажные носки;</li> <li>- легкая куртка;</li> <li>- термобелье.</li> </ul> <p>Список головных уборов/аксессуаров:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- кепка, бейсболка;</li> </ul>

	<p>соревнованиям и в восстановительном периоде;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп.</li> </ul> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- легкая спортивная шапочка;</li> <li>- теплая спортивная шапочка;</li> <li>- перчатки;</li> <li>- варежки;</li> <li>- шарф.</li> </ul> <p>Список обуви:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- спортивные кроссовки;</li> <li>- утепленные спортивные кроссовки.</li> </ul>	
		Температура воздуха	Перечень одежды и обуви
		+20 <sup>0</sup> С и выше	
		от +15 <sup>0</sup> С до +19 <sup>0</sup> С	
		от +10 <sup>0</sup> С до +14 <sup>0</sup> С	
		от +1 <sup>0</sup> С до +10 <sup>0</sup> С	
		от - 10 <sup>0</sup> С до +1 <sup>0</sup> С	

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.

Ситуационная задача	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОПК-6 ОПК-7	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- гигиенические средства восстановления;</li> <li>- гигиенические принципы закаливания;</li> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержания;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. История развития гигиенической науки. Развитие гигиены физической культуры и спорта в России.</li> <li>2. Понятие о гигиене физических упражнений и спорта. Предмет и задачи гигиены физической культуры и спорта.</li> <li>3. Факторы внешней среды, классификация. Общие принципы влияния факторов внешней среды на организм спортсмена.</li> <li>4. Химический состав и физические свойства атмосферного воздуха. Влияние загрязнений атмосферного воздуха на здоровье человека во время занятий физической культурой и спортом.</li> <li>5. Источники загрязнения атмосферного воздуха и воздуха внутри помещений. Антропогенные.</li> <li>6. Климат и погода. Понятие об акклиматизации. Акклиматизация в практике физической культуры и спорта.</li> <li>7. Вода, как фактор окружающей среды. Значение воды для жизнедеятельности человека. Питьевой режим во время занятий физической культурой и спортом.</li> <li>8. Поверхностные и подземные воды как источники водоснабжения: сравнительная характеристика. Источники загрязнения водных объектов.</li> <li>9. Гигиенические требования к питьевой воде.</li> </ol>

<p>периоде;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп.</li> </ul> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение</li> </ul>	<p>Значение особенностей химического состава питьевой воды для здоровья человека. Очистка и обеззараживание питьевой воды.</p> <p>10. Плавательный бассейн как спортивный объект. Гигиенические требования к воде плавательных бассейнов.</p> <p>11. Качество воды, расфасованной в емкости. Миграция химических веществ из упаковки в питьевую воду. Значение для здоровья человека.</p> <p>12. Классификация спортивных сооружений. Гигиенические требования к выбору места для строительства спортивного сооружения и ориентации зданий.</p> <p>13. Гигиенические требования к микроклимату спортивных сооружений: температурный режим, влажность, освещение, отопление, вентиляция, шум.</p> <p>14. Рациональный режим дня. Особенности временной адаптации занимающихся физической культурой и спортом. Понятие о биоритмах.</p> <p>15. Достаточное и сбалансированное питание. Спортивное питание.</p> <p>16. Значение белков, жиров, углеводов, минеральных веществ и витаминов в питании спортсмена.</p> <p>17. Гигиенические требования к пищевым продуктам. Значение качества пищевых продуктов на состояние здоровья человека.</p> <p>18. Гигиенические принципы организации питания спортсменов. Режим питания спортсменов. Гигиеническая оценка рациона питания.</p> <p>19. Гигиенические требования к спортивному оборудованию, инвентарю и экипировке спортсменов.</p> <p>20. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях высокой температуры.</p> <p>21. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях низкой температуры.</p> <p>22. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в горных условиях.</p> <p>23. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях временной адаптации.</p> <p>24. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в школе.</p> <p>25. Группы здоровья школьников. Гигиеническое нормирование двигательной активности школьников.</p> <p>26. Гигиенические основы физического воспитания школьников. Гигиенические требования к местам занятий физической культуры в школе.</p> <p>27. Структура системы гигиенического обеспечения подготовки спортсменов.</p>
---	--

	<p>требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий).</p>	<p>Гигиенические принципы тренировочного процесса и соревнований.  28. Понятие о восстановительных процессах. Характеристика средств восстановления. Восстановительные мероприятия в спорте.  29. Восприимчивость к инфекциям и иммунитет. Виды иммунитета. Значение физической культуры и спорта в изменении иммунитета.  30. Гигиенические принципы закаливания организма. Виды закаливания. Закаливание в спортивной практике.</p>
--	--	---

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	<ul style="list-style-type: none"> <li>– не аттестован</li> <li>– низкий</li> <li>– средний</li> <li>– высокий</li> </ul>	<p>50% и менее  51% – 65 %  66 % – 84%  85% – 100%</p>



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

(наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01.Физическая культура  
(шифр, наименование)

Направленность (профиль): Физкультурно оздоровительная деятельность  
(направленность (профиль) подготовки)

Форма обучения: очная  
(очная/заочная)

Автор (ы) ФОС: Н.Х.Давлетова, к.м.н., доцент  
(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «07» марта 2019 года  
Протокол № 8.

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК -7	<p>ПС «Тренер» С/05.6. Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p> <p>ПС «Инструктор-методист» F/03.6. Руководство методическим сопровождением деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта</p>	<p><b>Знает:</b> Общие понятия о здоровье и болезни; сохранении, укреплении и преумножении здоровья; основные слагаемые здорового образа жизни. Этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей Основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации</p> <p>Этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем.</p> <p><b>Умеет:</b> Оперировать знаниями о здоровье и его слагаемых, факторах риска. Использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание и правильное питание. Распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений Оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях Распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью Осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом</p> <p><b>Имеет опыт:</b> Проведения бесед о пользе занятий физическими упражнениями и спортом, об осознанном отношении и мотивации различных групп населения к здоровому образу жизни Определения показателей индивидуального здоровья и использования методов его оценки. Оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях Проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих</p>

		правил. Составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний.
--	--	--

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	ОПК -7	практические работы самостоятельная работа, тестирование	не аттестован	8 и менее
			низкий	10– 12
			средний	13 – 16
			высокий	17– 20
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	ОПК -7	практические работы самостоятельная работа, тестирование	не аттестован	8 и менее
			низкий	10– 12
			средний	13 – 16
			высокий	17– 20
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК -7	Тестирование	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

### **Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## **2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ**

### **Образцы**

#### **Вопросы для проведения самостоятельной работы**

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
-------------------------	-----------------------	--

ОПК -7

**Знает:** Общие понятия о здоровье и болезни; сохранении, укреплении и преумножении здоровья; основные слагаемые здорового образа жизни. Этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма

Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей

Основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации

Этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем.

**Умеет:**

Оперировать знаниями о здоровье и его слагаемых, факторах риска.

Использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание и правильное питание.

Распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений

Оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях

Распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью

Осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом

**Имеет опыт:**

Проведения бесед о пользе занятий физическими упражнениями и спортом, об осознанном отношении и мотивации различных групп населения к здоровому образу жизни

Определения показателей индивидуального здоровья и использования методов его оценки.

Оказания первой помощи при неотложных состояниях и

1. Определение понятия «здоровье». Основные составляющие здоровья.
2. Понятия «патологическая реакция», «патологический процесс» и патологическое состояние».
3. Понятие о «стрессе» и «дистрессе». Механизмы развития стресса. Влияние стресса на здоровье человека.
4. Гипертоническая болезнь, стадии, степени. Основные факторы риска развития гипертонической болезни.
5. Основные симптомы патологии дыхательной системы. Бронхиальная астма. Клиническая картина течения болезни. Этиология и патогенез заболевания.

	<p>травматических повреждениях</p> <p>Проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил.</p> <p>Составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний.</p>	
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОПК-7	<p><b>Знает:</b> Общие понятия о здоровье и болезни; сохранении, укреплении и преумножении здоровья; основные слагаемые здорового образа жизни.</p> <p>Этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма</p> <p>Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей</p> <p>Основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной</p>	<p>1. Какие из перечисленных органов относятся в центральным органам иммунной системы?</p> <p>а) тимус, костный мозг б) тимус, костный мозг, миндалина в) тимус, миндалина г) костный мозг, миндалина</p> <p>2. Основными источниками внешней</p>

	<p>реанимации</p> <p>Этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем.</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>Оперировать знаниями о здоровье и его слагаемых, факторах риска.</p> <p>Использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание и правильное питание.</p> <p>Распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений</p> <p>Оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях</p> <p>Распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью</p> <p>Осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом</p>	<p>биологической агрессии для организма человека являются?</p> <p>а) микроорганизмы б) опухолевые клетки в) лейкоциты г) нет верных вариантов ответа</p> <p>3. После перенесенного заболевания формируется:</p> <p>а) естественный приобретенный активный иммунитет б) естественный врожденный иммунитет в) искусственный приобретенный активный иммунитет г) искусственный пассивный иммунитет</p> <p>4. Трансмиссивный механизм передачи инфекционного заболевания осуществляется при помощи:</p> <p>а) насекомых б) зараженных поверхностей в) зараженной крови г) нет верных вариантов ответа</p> <p>5. Что такое инкубационный период?</p> <p>а) период от момента заражения до появления первых клинических признаков инфекционного заболевания б) период появления первых клинических признаков инфекционного заболевания в) период исчезновения клинических признаков инфекционного заболевания г) нет верных вариантов ответа</p>
--	---	--

## Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК-7	<p><b>Знает:</b> Общие понятия о здоровье и болезни; сохранении, укреплении и преумножении здоровья; основные слагаемые здорового образа жизни.</p> <p>Этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма</p> <p>Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей</p> <p>Основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации</p> <p>Этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем.</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>Оперировать знаниями о здоровье и его слагаемых, факторах риска.</p> <p>Использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание и правильное питание.</p> <p>Распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений</p> <p>Оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях</p> <p>Распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью</p> <p>Осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом</p> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <p>Проведения бесед о пользе занятий физическими</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введение в дисциплину «Основы медицинских знаний».</li> <li>2. Заболевания опорно-Двигательного аппарата</li> <li>3. Заболевания органов сердечно-сосудистой системы</li> <li>4. Заболевания органов дыхания</li> <li>5. Заболевания органов пищеварения</li> <li>6. Заболевания инфекционной природы. Заболевания кожи</li> <li>7. Заболевания почек и мочевыводящих путей</li> <li>8. Заболевания эндокринной системы</li> <li>9. Заболевания нервной системы и органов чувств</li> <li>10. Неотложные состояния</li> <li>11. Травматизм и его профилактика</li> </ol>



	<p>упражнениями и спортом, об осознанном отношении</p> <p>и мотивации различных групп населения к здоровому образу жизни</p> <p>Определения показателей индивидуального здоровья и использования методов его оценки.</p> <p>Оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях</p> <p>Проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил.</p> <p>Составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний.</p>	
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая	Оцениваемый индикатор	тесты для промежуточной аттестации
-------------	-----------------------	------------------------------------

компетенция		
ОПК-7	<p><b>Знает:</b> Общие понятия о здоровье и болезни; сохранении, укреплении и преумножении здоровья; основные слагаемые здорового образа жизни. Этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма</p> <p>Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей</p> <p>Основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации</p> <p>Этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем.</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>Оперировать знаниями о здоровье и его слагаемых, факторах риска.</p> <p>Использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание и правильное питание.</p> <p>Распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений</p> <p>Оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях</p> <p>Распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью</p> <p>Осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом</p> <p><b>Имеет опыт:</b></p>	<p>1. Какие из перечисленных органов относятся в центральным органам иммунной системы?</p> <p>А. тимус, костный мозг  Б. тимус, костный мозг, миндалины  В. тимус, миндалины  Г. костный мозг, миндалины</p> <p>2. Основными источниками внешней биологической агрессии для организма человека являются?</p> <p>А. микроорганизмы  Б. опухолевые клетки  В. лейкоциты  Г. нет верных вариантов ответа</p> <p>3. После перенесенного заболевания формируется:</p> <p>А. естественный приобретенный активный иммунитет  Б. естественный врожденный иммунитет  В. искусственный приобретенный активный иммунитет  Г. искусственный пассивный иммунитет</p> <p>4. Трансмиссивный механизм передачи инфекционного заболевания осуществляется при помощи:</p> <p>А. насекомых  Б. зараженных поверхностей  В. зараженной крови  Г. нет верных вариантов ответа</p> <p>5. Что такое инкубационный период?</p> <p>А. период от момента заражения до появления первых клинических признаков инфекционного заболевания  Б. период появления первых клинических признаков инфекционного заболевания  В. период исчезновения клинических признаков инфекционного заболевания  Г. нет верных вариантов ответа</p> <p>6. Какие из перечисленных заболеваний относятся к антропонозам?</p> <p>А. вирусные гепатиты, дизентерия, ВИЧ-инфекция  Б. туляремия, гепатит, корь  В. малярия, корь, грипп  Г. нет верных вариантов ответа</p> <p>7. Каким образом происходит заражение бешенством?</p> <p>А. через укус больного животного  Б. через контакт с больным человеком</p>

	<p>Проведения бесед о пользе занятий физическими упражнениями и спортом, об осознанном отношении и мотивации различных групп населения к здоровому образу жизни</p> <p>Определения показателей индивидуального здоровья и использования методов его оценки.</p> <p>Оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях</p> <p>Проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил.</p> <p>Составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний.</p>	<p>В. через укус насекомого</p> <p>Г. нет верных вариантов ответа</p> <p>8. Возбудителем опоясывающего лишая является?</p> <p>А. вирус ветряной оспы</p> <p>Б. кишечная палочка</p> <p>В. лямблия</p> <p>Г. чесоточный клещ</p> <p>9. 1 декабря во всем мире объявлен днем борьбы:</p> <p>А. со СПИДом</p> <p>Б. с бешенством</p> <p>В. с гепатитом</p> <p>Г. с кишечными инфекциями</p> <p>10. Симптомами каких заболеваний могут быть учащенное мочеиспускание, зуд и боль в области гениталий и анальной области?</p> <p>А. инфекции передающиеся половым путем</p> <p>Б. кишечные инфекции</p> <p>В. вирусные гепатиты</p> <p>Г. синуситы</p> <p>11. Что такое инвазионное заболевание?</p> <p>А. заболевание, вызываемое патогенными простейшими, гельминтами, членистоногими</p> <p>Б. заболевание, вызываемое патогенными бактериями</p> <p>В. заболевание, вызываемое нарушением проведения нервных импульсов</p> <p>Г. нет верных вариантов ответов</p> <p>12. Симптомом какого протозойного заболевания служат приступы высокой температуры, которые длятся около четырех-шести часов и сменяются резким потоотделением?</p> <p>А. малярия</p> <p>Б. аскаридоз</p> <p>В. чесотка</p> <p>Г. педикулез</p> <p>13. Возбудителями энтеробиоза являются:</p> <p>А. острицы</p> <p>Б. аскариды</p> <p>В. лямблии</p> <p>Г. нет верных вариантов ответов</p> <p>14. Механизм передачи возбудителя при аскаридозе:</p> <p>А. фекально-оральный</p> <p>Б. трансмиссивный</p>
--	---	---

		<p>В. гемоконтактный Г. нет верных вариантов ответов</p> <p>15. Инфицирование описторхозом происходит: А. при употреблении сырой или недостаточно термически обработанной зараженной речной рыбы Б. через грязные руки В. через укусы насекомых Г. при непосредственном контакте с больным человеком</p> <p>16. С целью профилактики развития инфекционных и инвазионных заболеваний из рациона питания необходимо исключить: А. полусырую, плохо проваренную или поджаренную пищу Б. фрукты В. овощи Г. нет верных вариантов ответов</p> <p>17. В качестве профилактики инфекционных заболеваний с трансмиссивным механизмом передачи нужно использовать: А. москитные сетки Б. медицинские маски В. стерильные медицинские инструменты Г. нет верных вариантов ответов</p> <p>18. Для экстренной профилактики инфекционных заболеваний используют: А. сыворотку Б. вакцину В. живые ослабленные микроорганизмы Г. нет верных вариантов ответов</p> <p>19. Какие из перечисленных мероприятий не относятся к мерам профилактики инфекционных заболеваний? А. Прием жаропонижающих средств Б. Частое проветривание помещения В. Рациональное питание Г. Отказ от вредных привычек</p> <p>20. Что такое дезинсекция? А. Мероприятия по уничтожению насекомых Б. Мероприятия по уничтожению бактерий В. Мероприятия по уничтожению вирусов</p>
--	--	--

		<p>Г. Нет верных вариантов ответов</p> <p>21. Взрослому здоровому человеку нужно потреблять в сутки:</p> <p>А. 1,5-2 литра воды</p> <p>Б. менее, чем 1,5 литра воды, чтобы не перегружать почки</p> <p>В. более 3-х литров воды</p> <p>Г. более 2-х литров воды</p> <p>22. Для профилактики заболеваний почек и мочевыводящих путей:</p> <p>А. все варианты неверные</p> <p>Б. нельзя допускать проблем с мочеиспусканием</p> <p>В. нельзя допускать проблем со стулом и мочеиспусканием</p> <p>Г. нельзя допускать проблем со стулом</p> <p>23. Основные принципы рационального питания для профилактики заболеваний почек сводятся к:</p> <p>А. ограничению поваренной соли и умеренному потреблению продуктов, содержащих значительное количество белка</p> <p>Б. ограничению поваренной соли, умеренному потреблению продуктов, содержащих значительное количество белка, соблюдению питьевого режима</p> <p>В. умеренному потреблению продуктов, содержащих значительное количество белка и соблюдению питьевого режима</p> <p>Г. ограничению поваренной соли и соблюдению питьевого режима</p> <p>24. Тренеру и учителю физкультуры нужно донести до воспитанников необходимость соблюдения техники безопасности на уроках физкультуры или тренировках, которые предполагают:</p> <p>А. нет правильного варианта</p> <p>Б. вероятность падения, или резкой остановки движения</p> <p>В. высокую вероятность инфекционных заболеваний</p> <p>Г. тренировки на свежем воздухе в холодную погоду</p> <p>25. Тренеру и учителю физкультуры нужно донести до воспитанников необходимость соблюдения техники безопасности на уроках физкультуры или тренировках, которые сопровождаются:</p> <p>А. рукопожатиями и объятиями</p>
--	--	--

		<p>Б.тренировками в плохо проветриваемых, многолюдных помещениях</p> <p>В.контактами с больными людьми</p> <p>Г.различными ударами в поясничную область</p> <p>26.Акромегалия – это:</p> <p>А. заболевание, при котором в крови наблюдается повышение уровня сахара из-за нечувствительности клеток к инсулину несмотря на выработку его организмом в достаточном количестве</p> <p>Б.синдром, проявляющийся повышенным содержанием гормонов Т3 и Т4</p> <p>В. заболевание, при котором в крови наблюдается повышение уровня сахара, что связано со снижением активности поджелудочной железы</p> <p>Г. патология, связанная с нарушением функции гипофиза и сопровождающаяся неравномерным ростом частей тела</p> <p>27.Гипертиреоз – это:</p> <p>А. синдром, проявляющийся повышенным содержанием гормонов Т3 и Т4</p> <p>Б. заболевание, при котором в крови наблюдается повышение уровня сахара из-за нечувствительности клеток к инсулину несмотря на выработку его организмом в достаточном количестве</p> <p>В. заболевание, возникающие при снижении функции щитовидной железы</p> <p>Г.патология, связанная с нарушением функции гипофиза и сопровождающаяся неравномерным ростом частей тела</p> <p>28.Гипотиреоз – это:</p> <p>А.заболевание, при котором в крови наблюдается повышение уровня сахара, что связано со снижением активности поджелудочной железы</p> <p>Б.патология, связанная с нарушением функции гипофиза и сопровождающаяся неравномерным ростом частей тела</p> <p>В.заболевание, при котором в крови наблюдается повышение уровня сахара из-за нечувствительности клеток к инсулину несмотря на выработку его организмом в достаточном количестве</p>
--	--	---

		<p>Г.заболевание, возникающие при снижении функции щитовидной железы</p> <p>29.Сахарный диабет второго типа – это:</p> <p>А.синдром, проявляющийся повышенным содержанием гормонов Т3 и Т4</p> <p>Б.заболевание, при котором в крови наблюдается повышение уровня сахара из-за нечувствительности клеток к инсулину несмотря на выработку его организмом в достаточном количестве</p> <p>В.заболевание, при котором в крови наблюдается повышение уровня сахара, что связано со снижением активности поджелудочной железы</p> <p>Г.заболевание, возникающие при снижении функции щитовидной железы</p> <p>30.Сахарный диабет первого типа – это:</p> <p>А.синдром, проявляющийся повышенным содержанием гормонов Т3 и Т4</p> <p>Б.заболевание, возникающие при снижении функции щитовидной железы</p> <p>В. патология, связанная с нарушением функции гипофиза и сопровождающаяся неравномерным ростом частей тела</p> <p>Г. заболевание, при котором в крови наблюдается повышение уровня сахара, что связано со снижением активности поджелудочной железы</p> <p>31.Занятия физкультурой и спортом:</p> <p>А.стимулируют естественную секрецию только соматотропина</p> <p>Б.стимулируют естественную секрецию только тестостерона</p> <p>В.не влияют на естественную секрецию анаболических гормонов</p> <p>Г. стимулируют естественную секрецию анаболических гормонов, например, тестостерона и соматотропина</p> <p>32.К анаболическим гормонам относятся:</p> <p>А. соматотропин, инсулиноподобные факторы роста</p> <p>Б.тестостерон, инсулиноподобные факторы роста</p> <p>В.тестостерон, соматотропин, инсулиноподобные факторы роста</p> <p>Г.тестостерон, мелатонин</p>
--	--	---

		<p>33. У женщин прием синтетических аналогов тестостерона приводит к акне, нарушениям работы печени, патологиям сердечно-сосудистой системы вплоть до внезапной смерти, нервно-психическим расстройствам, а также к:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>А. гипертрофии молочных желез</li><li>Б. нет правильного варианта</li><li>В. гирсутизму</li><li>Г. оба ответа верны</li></ul> <p>34. У мужчин прием синтетических аналогов тестостерона приводит к акне, нарушениям работы печени, патологиям сердечно-сосудистой системы вплоть до внезапной смерти, нервно-психическим расстройствам, а также к:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>А. вирилизации</li><li>Б. гирсутизму</li><li>В. нет правильного варианта</li><li>Г. гипертрофии молочных желез</li></ul> <p>35. При длительном дополнительном поступлении тестостерона извне организм перестает вырабатывать его самостоятельно, что в дальнейшем приводит к:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>А. прекращению секреции собственных гормонов и нарушению гормонального фона</li><li>Б. уменьшению размеров яичек и атрофии желез</li><li>В. снижению количества спермы, числа активных сперматозоидов и бесплодию</li><li>Г. все ответы верны</li></ul> <p>36. Для профилактики внешнего десинхроноза нужно:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>А. отправляясь на восток, следует заранее приучить себя к новому времени сна, ложась спать на один-два часа раньше несколько вечеров подряд</li><li>Б. все ответы верны</li><li>В. отправляясь на запад, в течение нескольких вечеров нужно ложиться спать на один-два часа позже</li><li>Г. в самолете можно сразу перевести часы на время в месте прибытия и адаптировать свой цикл сон-бодрствование к новому времени</li></ul> <p>37. Для профилактики внутреннего десинхроноза нужно организовать свой сон:</p>
--	--	---



		<p>А. в темноте, без какой-либо подсветки Б.с продолжительностью не менее 8 часов В.все ответы верны Г.в темное время суток</p> <p>38.Использование йодированной соли при приготовлении пищи является профилактикой заболевания: А.надпочечников Б.тимуса В.поджелудочной железы Г.щитовидной железы</p> <p>39. При переездах из одного часового пояса в другой с разницей во времени более двух часов:</p> <p>А.главное много спать в любое свободное время Б.лучше продолжить жить по обычному времени, чтобы не сбивать организм с привычного ритма В.нет правильного ответа Г.организм способен самостоятельно приспособиться к смене часового пояса без какой-либо нагрузки для здоровья</p> <p>40. Умеренная физическая нагрузка, занятия физкультурой и спортом – это факторы, способные предотвратить развитие:</p> <p>А.сахарного диабета любого типа Б.сахарного диабета 2-го типа В.нет правильного ответа Г.сахарного диабета 1-го типа</p> <p>41.Ведущие причины развития патологического процесса в мочевыводящих путях: А.травмы различного происхождения Б.переохлаждения, стрессы и хроническая усталость, травмы различного происхождения В.переохлаждения, снижение иммунитета и наличие респираторных инфекций, нарушения оттока мочи различного характера, несоблюдение правил личной гигиены Г.стрессы и хроническая усталость</p> <p>42.Восходящие пути инфекции при заболеваниях почек и мочевыводящих путей – это термин объясняющий:</p>
--	--	--

		<p>А.все ответы верны Б.возникновение заболеваний почек и мочевыводящих путей из-за переохлаждения ног и далее поясницы В.возникновение заболеваний почек и мочевыводящих путей из-за переохлаждения поясницы от долгого сидения на холодных поверхностях Г.проникновение инфекции из мочеиспускательного канала с подъемом в мочевой пузырь, и далее через мочеточники в почки</p> <p>43.Мочевыделительная система включает:</p> <p>А.мочевыделительные органы и мочевыводящие органы Б.нет правильного ответа В.мочеобразующие органы и мочевыделительные органы Г.мочеобразующие органы и мочевыводящие органы</p> <p>44.Почки являются естественным фильтром организма и выполняют функцию:</p> <p>А.очистки мочи Б.очистки крови от мочи В.очистки крови Г.очистки мочи от крови</p> <p>45.Стрессы и хроническая усталость:</p> <p>А.не могут стать причинами заболеваний почек, поскольку стрессы оказывают влияние только на сердечно-сосудистую систему, а почки относятся к другой системе органов Б.нет правильного суждения В.могут стать причинами заболеваний почек только у людей, ведущих малоподвижный образ жизни Г.могут стать причинами заболеваний почек, поскольку стрессы ослабляют иммунитет, также возникает нагрузка на эндокринную и сердечно-сосудистую системы, а почки участвуют в регуляции артериального давления вырабатывая ряд гормонов</p> <p>46.Гематурия – это</p> <p>А.выделение мочи с примесью красных кровяных телец Б.двустороннее диффузное иммунное воспаление почек с преимущественным поражением клубочков В.воспаление внутренней слизистой</p>
--	--	--

		<p>оболочки мочевого пузыря  Г.снижение или прекращение функции почек</p> <p>47.Гломерулонефрит – это  А.воспаление мочеиспускательного канала  Б.двустороннее диффузное иммунное воспаление почек с преимущественным поражением клубочков  В.воспаление внутренней слизистой оболочки мочевого пузыря  Г.острое вирусное зоонозное природно-очаговое заболевание, протекающая с выраженной интоксикацией, развитием геморрагического синдрома и поражением почек</p> <p>48.Пиелонефрит – это  А.воспалительное заболевание почек, при котором поражается преимущественно их чашечно-лоханочная система  Б.воспаление внутренней слизистой оболочки мочевого пузыря  В.выделение мочи с примесью красных кровяных телец  Г.двустороннее диффузное иммунное воспаление почек с преимущественным поражением клубочков</p> <p>49.Почечная недостаточность – это  А.воспаление внутренней слизистой оболочки мочевого пузыря  Б.воспалительное заболевание почек, при котором поражается преимущественно их чашечно-лоханочная система  В.двустороннее диффузное иммунное воспаление почек с преимущественным поражением клубочков  Г.снижение или прекращение функции почек</p> <p>50.Цистит – это  А.двустороннее диффузное иммунное воспаление почек с преимущественным поражением клубочков  Б.хроническое заболевание, характеризующееся нарушением обмена веществ с образованием в почках и мочевых путях камней, формирующихся из составных частей мочи  В.тяжелая почечная дисфункция, спровоцированная воздействием ядов</p>
--	--	---

		<p>Г.воспаление внутренней слизистой оболочки мочевого пузыря</p> <p>51.В каких случаях следует обратиться к врачу с подозрением на возможную травму почки?</p> <p>А.Если были сильные удары в туловище, падение с высоты на ноги или на копчик</p> <p>Б.Все ответы верны</p> <p>В.Если произошло падение на выступающие предметы</p> <p>Г.Если есть подозрение на перелом нижних ребер</p> <p>52.В каких случаях следует обратиться к врачу с подозрением на возможную травму почки?</p> <p>А.Если возникла нарастающая боль в зоне поясницы</p> <p>Б.Если возникли подкожные гематомы в области поясницы</p> <p>В.Если возникла асимметрия живота или поясничной области вследствие образования подкожных гематом</p> <p>Г.Все ответы верны</p> <p>53.При оказании первой помощи при подозрении на травму мочевого пузыря пострадавшему необходимо:</p> <p>А.наложить Т-образную повязку на промежность</p> <p>Б.дать обезболивающее</p> <p>В.все ответы верны</p> <p>Г.обеспечить покой в позе «лягушки»</p> <p>54.Разрыв почки может быть вызван:</p> <p>А.переломом нижних ребер</p> <p>Б.оба варианта не верны</p> <p>В.переломом мечевидного отростка грудины</p> <p>Г.оба варианты верны</p> <p>55.Спортивная почка:</p> <p>А.это термин, который не существует</p> <p>Б.характеризуется деформацией почечных лоханок и чашечек в результате повторных травм</p> <p>В.характеризуется большой вероятностью мочекаменной болезни</p> <p>Г.характеризуется большой вероятностью гломерулонефрита</p> <p>56.Взрослому здоровому человеку нужно потреблять в сутки:</p> <p>А.1,5-2 литра воды</p> <p>Б.менее, чем 1,5 литра воды, чтобы не перегружать почки</p>
--	--	--

		<p>В.более 3-х литров воды  Г.более 2-х литров воды  57.Для профилактики заболеваний почек и мочевыводящих путей:  А.все варианты неверные  Б.нельзя допускать проблем с мочеиспусканием  В.нельзя допускать проблем со стулом и мочеиспусканием  Г.нельзя допускать проблем со стулом  58.Основные принципы рационального питания для профилактики заболеваний почек сводятся к:  А.ограничению поваренной соли и умеренному потреблению продуктов, содержащих значительное количество белка  Б.ограничению поваренной соли, умеренному потреблению продуктов, содержащих значительное количество белка, соблюдению питьевого режима  В.умеренному потреблению продуктов, содержащих значительное количество белка и соблюдению питьевого режима  Г.ограничению поваренной соли и соблюдению питьевого режима  59.Тренеру и учителю физкультуры нужно донести до воспитанников необходимость соблюдения техники безопасности на уроках физкультуры или тренировках, которые предполагают:  А.нет правильного варианта  Б.вероятность падения, или резкой остановки движения  В.высокую вероятность инфекционных заболеваний  Г.тренировки на свежем воздухе в холодную погоду  60.Тренеру и учителю физкультуры нужно донести до воспитанников необходимость соблюдения техники безопасности на уроках физкультуры или тренировках, которые сопровождаются:  А.рукопожатиями и объятиями  Б.тренировками в плохо проветриваемых, многолюдных помещениях  В.контактами с больными людьми  Г.различными ударами в поясничную область</p>
--	--	---

		<p>61. Медицина – это</p> <p>А. комплексное понятие, включающее в себя наиболее важные аспекты необходимых санитарно-гигиенических правил для предупреждения заболеваний организма и умения оказывать само- и взаимопомощь при травмах, повреждениях и неотложных состояниях</p> <p>Б. комплекс научных знаний о болезненных состояниях человека, их диагностике, протекании, лечении и профилактике</p> <p>В. состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов</p> <p>Г. наука о заболеваниях</p> <p>62. Групповой уровень здоровья можно рассматривать у:</p> <p>А. учащихся определенной школы</p> <p>Б. родственников</p> <p>В. все ответы верны</p> <p>Г. людей одной профессии</p> <p>63. Здоровье – это</p> <p>А. комплексное понятие, включающее в себя наиболее важные аспекты необходимых санитарно-гигиенических правил для предупреждения заболеваний организма и умения оказывать само- и взаимопомощь при травмах, повреждениях и неотложных состояниях</p> <p>Б. состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов</p> <p>В. наука о здоровом образе жизни</p> <p>Г. отсутствие болезней</p>
--	--	--

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	<ul style="list-style-type: none"> <li>– не аттестован</li> <li>– низкий</li> <li>– средний</li> <li>– высокий</li> </ul>	<p>50% и менее</p> <p>51% – 65 %</p> <p>66 % – 84%</p> <p>85% – 100%</p>

**Приложение**  
Приложение к рабочей программы  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

*(наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)*

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

*(шифр, наименование)*

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность  
*(направленность (профиль) подготовки)*

Форма обучения: *очная*

*(очная/заочная)*

Автор (ы) ФОС: кандидат психологических наук, доцент Усманова З.Т.

*(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)*

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «7» марта 2019 года  
Протокол № 9.

Казань - 2020

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p>ОПК-1 - способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного рода и возраста</p>	<p>ПС «Инструктор- методист» D/03.6 D/01.6 E/02.6 ПС «Тренер» С/01.6</p>	<p><b>Знания:</b> -психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; -основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; <b>Умения:</b> -учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; -повышать и поддерживать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; <b>Навыки:</b> -определения задач, содержания и форм занятий по физическому воспитанию с учетом возраста подготовленности, индивидуальных и психофизиологических особенностей обучающихся</p>
<p>ОПК-2 - способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.</p>	<p>ПС «Инструктор- методист» D/03.6 D/01.6 E/02.6 ПС «Тренер» С/01.6</p>	<p><b>Знания:</b> - значений терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», разницу между ними; - критериев и подходов в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и подходы, психодиагностические и личносто-ориентированные подходы); <b>Умения:</b> - подбирать и применять</p>



		<p>психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <p>- обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации;</p> <p>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта.</p>
<p>ОПК-6 - способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p>ПС «Инструктор- методист» D/03.6 D/01.6 E/02.6 ПС «Тренер» C/01.6</p>	<p><b>Знания:</b></p> <p>- механизмов и приемов формирования, поддержания и коррекции мотивации;</p> <p><b>Умения:</b></p> <p>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</p> <p>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <p>- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</p>

		<p>- совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных обучающих и научно-популярных фильмов.</p>
<p>ОПК-9 - способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>ПС «Инструктор- методист» D/03.6 D/01.6 E/02.6 ПС «Тренер» C/01.6</p>	<p><b>Знания:</b> -принципов, условий и задач психологического сопровождения занимающихся ФКиС, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;</p> <p><b>Умения:</b> -подбирать и применять психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; -проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; -использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; -проводить методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная оперативной памяти, образного и логического мышления, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилгергера-Ханина, Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.);</p> <p><b>Навыки:</b> - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы/команды в сфере физической культуры и</p>

<p>ОПК-10 - способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p>	<p>ПС «Инструктор- методист» D/03.6 D/01.6 E/02.6 ПС «Тренер» C/01.6</p>	<p>спорта. <b>Знания:</b> - основ эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; <b>Умения:</b> -предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; <b>Навыки:</b> - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися ФКиС; - анализа эффективности взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</p>
---	--	---

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе  
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	ОПК-1 ОПК-2	Практические работы	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	ОПК-6	Самостоятельная работа, тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	<b>макс:</b>			<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	ОПК-9 ОПК-10	Презентации, доклады, самостоятельная работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	ОПК-1 ОПК-2 ОПК-6 ОПК-9 ОПК-10	Самостоятельная работа, Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
<b>макс:</b>			<b>20</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК-9 ОПК-10	Доклады, презентации	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень

85 – 100	Отлично	Высокий уровень
----------	---------	-----------------

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОПК-1	<p><b>Знает:</b>  -психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;  -основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;</p> <p><b>Умеет:</b>  -учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;  -повышать и поддерживать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><b>Навыки:</b>  -определения задач, содержания и формы занятий по физическому воспитанию с учетом возраста подготовленности, индивидуальных и психофизиологических особенностей обучающихся.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Какова роль и значение психологии в профессиональной деятельности учителя физической культуры и работе тренера со спортсменами?</li> <li>Дайте понятие психологии ФКиС как отрасли психологической науки.</li> <li>Назовите объект, предмет и задачи психологии ФКиС.</li> <li>Сравнительная характеристика спортивной деятельности и физического воспитания.</li> <li>Опишите возрастные психологические особенности занимающихся ФКиС.</li> </ol>
ОПК-2	<p><b>Знает:</b>  - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация» разницу между ними;  - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>История отбора в спорте.</li> <li>Дайте понятия следующим терминам: «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация».</li> <li>Перечислите характеристики профессионального отбора.</li> <li>Опишите принципы, цели и задачи отбора в спорте.</li> <li>Психологический отбор (понятие, современное состояние).</li> </ol>

	<p>(морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные подходы);</p> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать и применять базовые психодиагностические психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;</li> </ul> <p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта.</li> </ul>	<p>11. Тесты и методики оценки сформированности психологических профессиональных качеств спортсмена и предпосылок для их формирования.</p>
ОПК-6	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации;</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</li> <li>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки,</li> </ul>	<p>12. В чем особенность структуры спортивной деятельности?</p> <p>13. Какие существуют классификации мотивов спортивной деятельности?</p> <p>14. Охарактеризуйте способы и средства формирования мотивации занятий спортом.</p> <p>15. В чем заключается основная суть закона мотивации Йеркса-Додсона?</p> <p>16. Опишите опросники мотивации спортивной деятельности.</p> <p>17. Как изменяются мотивы на разных этапах спортивной карьеры?</p>

	<p>поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</li> <li>- совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов.</li> </ul>	
ОПК-9	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся ФКиС, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-подбирать и применять базовые психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>-проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</li> <li>-использовать методы оценки волевых качеств спортсмена;</li> <li>-проводить методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств</li> </ul>	<p>18. Почему начало занятий спортом является формирующим по отношению к спортивной карьере в целом?</p> <p>19. Сопоставьте три подхода к ранней спортивной специализации.</p> <p>20. Как спортивная деятельность может помочь в решении возрастных задач развития детей дошкольного, младшего школьного и подросткового возраста?</p> <p>21. Раскройте понятие «форсированная тренировка».</p> <p>22. Приведите примеры трудностей юных спортсменов на начальном этапе спортивной карьеры по разным основаниям.</p> <p>23. Сопоставьте понятия «психологическое сопровождение» и «психологическая помощь».</p> <p>24. Что можно отнести к эффектам психологического сопровождения юных спортсменов на начальном этапе спортивной карьеры?</p> <p>25. В чем заключается психодиагностика психических процессов, свойств и состояний?</p>



	<p>занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилгергера-Ханина, Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.);</p> <p><b>Владеет:</b></p> <p>-навыками применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы/команды в сфере физической культуры и спорта.</p>	
ОПК-10	<p><b>Знания:</b></p> <p>- основ эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе;</p> <p><b>Умения:</b></p> <p>-предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <p>- применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися ФКиС;</p> <p>- анализа эффективности взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</p>	<p>26. Какие требования предъявляются к личности и профессиональным навыкам инструктора?</p> <p>27. Какие индивидуальные стили деятельности присущи тренерам с разными свойствами нервной системы?</p> <p>28. В чем отличия стиля руководства и стиля общения тренера?</p> <p>29. Какие основные стили руководства тренера существуют, в чем их характерные отличия друг от друга?</p> <p>30. Что такое психологический (педагогический) такт общения тренера и культура речи тренера? Почему важно уделять внимание этим составляющим педагогического общения?</p>

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма	Уровни оценивания	Критерии оценивания
-------	-------------------	---------------------

оценивания		
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОПК-1	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;</li> <li>-основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>-повышать и поддерживать мотивацию и волю к победе у занимающихся</li> </ul>	<p>Тема «Психология физической культуры и спорта как отрасль психологической науки»</p> <p><b>1. Под деятельностью человека понимается...</b></p> <p>а) регулируемая подсознанием психическая и двигательная активность, направленная на достижение поставленной и имеющей общественную значимость цели;</p> <p>б) регулируемая сознанием психическая и двигательная активность, направленная на достижение сознательно поставленной и имеющей общественную значимость цели;</p> <p>в) спонтанная психическая и двигательная активность.</p> <p><b>2. К основным компонентам деятельности педагога относят:</b></p>

	<p>физической культурой и спортом;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <p>-определения задач, содержания и формы занятий по физическому воспитанию с учетом возраста подготовленности, индивидуальных и психофизиологических особенностей обучающихся.</p>	<p>а) мыслительный, мнемический, перцептивный, имажинитивный, двигательный;</p> <p>б) когнитивный, мотивационный, эмоциональный;</p> <p>в) перцептивный, мотивационный, эмоциональный.</p> <p><b>3. Дайте определение понятия «психология физического воспитания»:</b></p> <p>а) это отрасль психологической науки, изучающая закономерности развития и проявления психики человека при освоении физической культуры;</p> <p>б) это отрасль психологической науки, изучающая закономерности психического развития детей, подростков и юношества, этапы психического развития, психологические особенности каждого возраста;</p> <p>в) это отрасль психологической науки, изучающая закономерности проявления и развития психики, формирования деятельной личности в специфических условиях спорта.</p> <p><b>4. Из приведенного ниже списка выделите ту характеристику, которая относится к физическому воспитанию:</b></p> <p>а) направленность на развитие специальных способностей человека, выявление его резервных возможностей (результативная);</p> <p>б) соревнование способствует эффективности занятий, но не является обязательным, оно выступает как метод;</p> <p>в) характер нагрузки – нарастающий, предельный, требует максимальных физических и психических напряжений не только в соревнованиях, но и в ряде тренировочных занятий.</p> <p><b>5. Задачами психологии физического воспитания являются:</b></p> <p>а) физическое образование (обучение и воспитание);</p> <p>б) обучение физическим упражнениям;</p> <p>в) повышение эффективности обучения двигательным умениям и навыкам, воспитание физических качеств.</p>
ОПК-2	<p><b>Знает:</b></p> <p>- значение терминов</p>	<p>Тема «Психологические особенности занимающихся»</p>

	<p>«спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация» разницу между ними;</p> <p>- критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные подходы);</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>- подбирать и применять базовые психодиагностические психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <p>- обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации;</p> <p>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта.</p>	<p>физической культурой и спортом»</p> <p><b>1. Выберите правильный ответ в определении понятия «темперамент»:</b></p> <p>а) способность предвидения дальнейшего развития событий, результатов действий;</p> <p>б) это система устойчивых индивидуально-психологических особенностей человека, определяющая типичные для него способы поведения в стандартных ситуациях;</p> <p>в) это внутреннее состояние спортсмена, позволяющее эффективно выступить на ответственных соревнованиях в условиях стресса.</p> <p><b>2. Состояние фрустрации бурными темпами развивается у занимающихся физической культурой и спортом, имеющих:</b></p> <p>а) среднюю нервную систему;</p> <p>б) сильную нервную систему;</p> <p>в) слабую нервную систему.</p> <p><b>3. Свойство темперамента, обуславливающее легкость приспособления к новым условиям, называется:</b></p> <p>а) эмоциональность;</p> <p>б) пластичность;</p> <p>в) сенситивность.</p> <p><b>4. Кто из ученых выделил четыре типа высшей нервной деятельности:</b></p> <p>а) Л. С. Выготский;</p> <p>б) Б. М. Ананьев;</p> <p>в) И. П. Павлов.</p> <p><b>5. Обращенность спортсмена к внешнему миру, к общению свойственна:</b></p> <p>а) экстраверту;</p> <p>б) типичному невротичу;</p> <p>в) амбиверту.</p>
ОПК-6	<p><b>Знает:</b></p> <p>- механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации;</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>- проводить собеседование,</p>	<p>Тема «Возрастные психологические особенности занимающихся и учет в процессе занятий физической культурой и спортом»</p> <p><b>5. Исключите лишнее:</b></p> <p>а) задачи развития;</p>

	<p>оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;  - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;  <b>Навыки:</b>  - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;  - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов.</p>	<p>б) ведущая деятельность;  в) социальная ситуация развития;  г) восприятие себя как личности.  <b>6. Выберите правильные границы периода взросления у женщин:</b>  а) ранняя зрелость 17–24; средняя зрелость 25–35, поздняя зрелость 40–50;  б) ранняя зрелость 18–26; средняя зрелость 27–40, поздняя зрелость 41–60;  в) ранняя зрелость 18–25; средняя зрелость 25–40, поздняя зрелость 40–55;  г) ранняя зрелость 20–26; средняя зрелость 26–50, поздняя зрелость 51–60.  <b>7. Ведущим видом деятельности подростка является:</b>  а) «чувство взрослости»;  б) общение со сверстниками;  в) учебно-профессиональная;  г) рефлексия.  <b>8. Ситуация, когда в общении родителей и детей не принимаются совместные решения, называется:</b>  а) псевдосотрудничеством;  б) изоляцией;  в) сотрудничеством.  <b>9. Ведущей деятельностью в младшем школьном возрасте является:</b>  а) сюжетно-ролевая игра;  б) предметно-манипулятивная деятельность;  в) ролевая игра;  г) учебная деятельность.  <b>10. Хронологические границы подросткового периода – это возраст...</b>  а) 1–3 года;  б) 4–7 лет;  в) 7–10 лет;  г) 11–15 лет.</p>
ОПК-9	<p><b>Знает:</b>  -принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся ФКиС, включая психодиагностику, психопрофилактику,</p>	<p>Тема «Психологическая помощь в спорте и физкультурно-оздоровительной сфере»  <b>1. Система общих и частных технологий психологической помощи юному спортсмену на этапе начальной подготовки в адаптации к</b></p>

	<p>психокоррекцию, элементы консультирования;</p> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-подбирать и применять базовые психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>-проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</li> <li>-использовать методы оценки волевых качеств спортсмена;</li> <li>-проводить методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилгергера-Ханина, Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.);</li> </ul> <p><b>Владеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-навыками применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы/команды в сфере физической культуры и спорта.</li> </ul>	<p><b>требованиям спортивной деятельности называется<sup>1</sup>:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) психологическим сопровождением;</li> <li>б) психологической подготовкой;</li> <li>в) социально-психологическим тренингом.</li> </ul> <p><b>2. Понятие «психологическое сопровождение» связано:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) с психологией воздействия;</li> <li>б) с психологией взаимодействия;</li> <li>в) с психологией влияния.</li> </ul> <p><b>3. Автором исследований в области психологии спортивной карьеры является:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Г. Д. Горбунов;</li> <li>б) Н. Б. Стамбулова;</li> <li>в) А. Е. Ловягина.</li> </ul> <p><b>4. Кризис начала спортивной карьеры состоит:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) из трех основных противоречий;</li> <li>б) из пяти основных противоречий;</li> <li>в) из семи основных противоречий.</li> </ul> <p><b>5. Этап спортивной подготовки, в котором, по статистике, спортсмены чаще всего бросают спорт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) спортивно-оздоровительный и этап начальной подготовки;</li> <li>б) тренировочный этап;</li> <li>в) этап совершенствования спортивного мастерства.</li> </ul>
ОПК-10	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основ эффективного общения, включая приемы профилактики и</li> </ul>	<p>Тема «Диагностика общения и взаимодействия в спортивном коллективе»</p> <p><b>1. Основатель методики</b></p>

<sup>1</sup> Усманова З. Т. Психологическое сопровождение юных хоккеистов на начальном этапе спортивной карьеры. – Казань: Центр инновационных технологий, 2019. – 132 с.

	<p>конструктивного разрешения конфликтов в группе;</p> <p><b>Умения:</b></p> <p>-предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <p>- применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися ФКиС;</p> <p>- анализа эффективности взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</p>	<p><b>«Социометрия»:</b></p> <p>а) Дж. Морено;</p> <p>б) А. О. Прохоров;</p> <p>в) Ю. Л. Ханин.</p> <p><b>2. Методика, изучающая межличностные отношения в группе:</b></p> <p>а) индекс групповой сплоченности Сижора;</p> <p>б) оценка психологического климата в команде;</p> <p>в) социометрия.</p> <p><b>1. Степень интеграции группы в единое целое – это:</b></p> <p>а) групповая сплоченность;</p> <p>б) групповая мобильность;</p> <p>в) групповая поддержка.</p> <p><b>2. Опросник Айзенка предназначен для:</b></p> <p>а) изучения ситуативной тревожности личности;</p> <p>б) определения темперамента;</p> <p>в) выявления поведения личности в ситуации конфликта.</p> <p><b>3. Целью методики «Социометрия» является:</b></p> <p>а) изучение межличностных отношений в коллективе;</p> <p>б) определение стратегии поведения в конфликте;</p> <p>в) выявление агрессивного поведения окружающих.</p>
--	---	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	<ul style="list-style-type: none"> <li>– не аттестован</li> <li>– низкий</li> <li>– средний</li> <li>– высокий</li> </ul>	<p>50% и менее</p> <p>51% – 65 %</p> <p>66 % – 84%</p> <p>85% – 100%</p>

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК-1	<p><b>Знает:</b></p> <p>-психологическую характеристику физического воспитания, спорта и</p>	<p>Тема занятия. История развития психологии физической культуры и спорта</p>

	<p>двигательной рекреации;</p> <p>-основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>-учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p>-повышать и поддерживать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <p>-определения задач, содержания и формы занятий по физическому воспитанию с учетом возраста подготовленности, индивидуальных и психофизиологических особенностей обучающихся.</p>	<p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Этапы зарождения и становления психологии спорта в СССР и России.</li> <li>2. Развитие психологии физической культуры и спорта в первой половине XX века.</li> <li>3. Возникновение психологии физической культуры и спорта во второй половине XX века.</li> <li>4. Хронология развития психологии спорта за рубежом.</li> <li>5. Печатные работы и вехи развития науки «Спортивная психология».</li> </ol>
ОПК-2	<p><b>Знает:</b></p> <p>- значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация» разницу между ними;</p> <p>- критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные подходы);</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>- подбирать и применять базовые психодиагностические психических процессов,</p>	<p>Тема занятия. Психологические особенности спортивной деятельности.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психологическая характеристика спорта как вида деятельности.</li> <li>2. Психологическая структура спортивной деятельности, ее особенности.</li> <li>3. Особенности формирования и диагностика мотивации спортивной деятельности.</li> <li>4. Психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений.</li> </ol> <p>Тема занятия. Психология физической культуры и спорта как специальная отрасль психологической науки.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте.</li> <li>2. Объект, предмет и задачи психологии физической культуры и спорта.</li> <li>3. Методы психологии физической</li> </ol>



	<p>состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта.</li> </ul>	<p>культуры и спорта.</p> <p>4. Междисциплинарные связи психологии физической культуры и спорта.</p>
ОПК-6	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- механизмов и приемов формирования, поддержания и коррекции мотивации;</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</li> <li>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</li> </ul> <p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в</li> </ul>	<p>Тема занятия. Типологические свойства и успешность занятий физической культурой и спортом</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проявление свойств нервной системы в спортивно-физкультурной деятельности.</li> <li>2. Проявление свойств темперамента в спортивно-физкультурной деятельности.</li> <li>3. Свойства нервной системы и темперамента как спортивные способности и склонности.</li> </ol> <p>Тема занятия. Возрастные психологические особенности занимающихся и учет в процессе занятий физической культурой и спортом</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Раннее детство (от 1 до 3 лет) и дошкольный возраст (от 3 до 7 лет).</li> <li>2. Младший школьный (от 7 до 11 лет), подростковый (от 11 до 15 лет) и старший школьный возраст (16, 17 лет).</li> <li>3. Период зрелой личности: юность (от 17 до 20–23 лет), молодость (от 20 до 30 лет), зрелость (от 30 до 60–70 лет).</li> <li>4. Пожилой (после 60–70 лет) и старческий возраст (более 90 лет).</li> </ol>

	<p>договорных играх;  - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов.</p>	
ОПК-9	<p><b>Знает:</b>  -принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся ФКиС, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;  <b>Умеет:</b>  -подбирать и применять базовые психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;  -проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;  -использовать методы оценки волевых качеств спортсмена;  -проводить методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилгергера-Ханина, Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика</p>	<p>Тема занятия. Психология личности тренера  План:  1. Психологические основы тренерской деятельности.  2. Готовность к профессиональной деятельности.  3. Мотивация профессиональной деятельности тренера.  4. Профессионально важные качества тренера по виду спорта.  5. Стили общения и руководства спортивным коллективом.  Тема занятия. Организация психодиагностического исследования и диагностика типологических свойств  План:  1. Диагностические задачи, планирование и этапы психодиагностического исследования.  2. Особенности диагностики типологических свойств в физкультурно-спортивной деятельности.  3. Методики диагностики свойств нервной системы.  4. Методики диагностики свойств темперамента.  Тема занятия. Диагностика когнитивных процессов и психомоторной сферы  План:  1. Исследование когнитивных процессов.  2. Исследование характеристик психомоторной сферы.</p>

	<p>исследования мотивации, социометрия и др.);</p> <p><b>Владеет:</b></p> <p>-навыками применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы/команды в сфере физической культуры и спорта.</p>	
ОПК-10	<p><b>Знания:</b></p> <p>- основ эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе;</p> <p><b>Умения:</b></p> <p>-предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <p>- применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися ФКиС;</p> <p>- анализа эффективности взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</p>	<p>Тема занятия. Диагностика общения и взаимодействия в ученическом классе, спортивном коллективе</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специфика изучения межличностных отношений в ученическом классе, спортивных коллективах.</li> <li>2. Методики диагностики взаимодействия и общения.</li> </ol> <p>Тема занятия. Психологическая помощь в спорте и физкультурно-оздоровительной сфере. Психологическая помощь на разных этапах спортивной карьеры</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психологические особенности детско-юношеского спорта.</li> <li>2. Проблемы ранней спортивной специализации (профессионализации).</li> <li>3. Психологическое сопровождение юных спортсменов.</li> <li>4. Психологические трудности в спорте и физкультурно-оздоровительной сфере.</li> <li>5. Способности, талант, одаренность в спортивной деятельности.</li> </ol>

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.

	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### **Темы рефератов и презентаций**

Тематика рефератов:

1. Становление мотивации спортивной деятельности.
2. Мотивация начала занятий спортом.
3. Связь понятий «психологическая помощь» и «психологическое сопровождение».
4. Форсированная подготовка юных спортсменов.
5. Психологические проблемы и трудности детско-юношеского спорта.
6. Психологические перспективы исследования детского спорта.
7. Психологическая работа в детско-юношеской спортивной школе.
8. Концепция детского спорта Ф. Смолла и Р. Смита.
9. Способности, талант, одаренность в спортивной деятельности.
10. Кризис начала спортивной специализации.
11. Место и роль психических состояний в спортивной подготовке.
12. Психическая готовность спортсмена, пути и средства достижения.
13. Психологические техники оптимизации психического состояния спортсмена.
14. Психические состояния и их классификация. Характеристики, функции и динамика.

15. Методики диагностик психического состояния.
16. Психические состояния и их влияние на трудовую деятельность.
17. Предсоревновательные психические состояния.
18. Регуляция и саморегуляция психических состояний.
19. Диагностика основных параметров психических состояний.
20. Ценность планирования психодиагностического исследования на различных этапах карьеры.
21. Классификация психодиагностики. Проблемы диагностики и коррекции психических состояний.
23. Методы исследования в психодиагностике.

Требования к оформлению рефератов и презентаций.

Реферат представляет собой основные сведения по выбранной теме и краткое точное изложение содержания первоисточника (документа). Реферат обязательно должен содержать творческое или критическое осмысление реферируемого источника автором реферата. Объем реферата обычно 10-20 страниц. Сюда не включаются титульный лист и приложения.

В презентации должно быть главное из текста исследования:

- кратко теоретические положения по теме исследования, определения;
- основные положения работы; методики исследования;
- графики, диаграммы, таблицы, схемы, рисунки;
- ключевые фотографии;
- результаты исследования.

К защите представляются презентация и доклад.

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.

	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.
--	----------------------	---

### Темы курсовых работ

В рамках данной дисциплины курсовые работы не предусмотрены.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОПК-1	<p><b>Знает:</b> -психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; -основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;</p> <p><b>Умеет:</b> -учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; -повышать и поддерживать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><b>Навыки:</b> -определения задач, содержания и формы занятий по физическому воспитанию с учетом возраста подготовленности, индивидуальных и психофизиологических особенностей обучающихся.</p> <p><b>Знает:</b> - значение терминов</p>	<p>1. Психология физической культуры и спорта как прикладная область психологической науки.</p> <p>2. Изучение межличностных отношений в ученическом классе, спортивном коллективе с помощью социометрии.</p> <p>3. Объект, предмет психологии физической культуры и спорта.</p> <p>4. Психотехнические игры, направленные на сплочение ученического класса, спортивной команды.</p> <p>5. Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании, её отличие от спортивной деятельности.</p> <p>6. Формирование воли учащихся и спортсменов. Психологические характеристики волевых качеств и их воспитание средствами физической культуры.</p> <p>7. Задачи психологической науки в области физической культуры, связь психологии физической культуры с другими науками.</p> <p>8. Представление движений. Сущность идеомоторной тренировки.</p> <p>9. Методы исследования в психологии физической культуры и спорта.</p> <p>10. Психодиагностика волевых качеств занимающихся ФКиС</p> <p>11. Психология спорта как прикладная отрасль психологического знания, взаимосвязь психологии физического воспитания и спорта.</p>

ОПК-2	<p>«спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация» разницу между ними;</p> <p>- критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные подходы);</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>- подбирать и применять базовые психодиагностические психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <p>- обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации;</p> <p>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта.</p> <p><b>Знает:</b></p> <p>- механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации;</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и</p>	<p>12. Активизация деятельности учащихся на уроках ФК.</p> <p>13. Психологические характеристики физкультурно-спортивной деятельности и разделы психологии физической культуры и спорта.</p> <p>14. Память в учебной деятельности учащихся.</p> <p>15. Задачи психологической науки в области физической культуры, связь психологии физической культуры с другими науками.</p> <p>16. Представление движений. Сущность идеомоторной тренировки.</p> <p>17. Принципы формирования двигательной активности</p> <p>18. Основные понятия возрастной психологии: ведущая деятельность, психические новообразования и социальная ситуация развития.</p> <p>19. Авторитет и псевдоавторитет спортивного тренера.</p> <p>20. Психология общения в системе «тренер- спортсмен», «спортсмен- спортсмен», «тренер- родители», «тренер – психолог», «спортсмен- психолог».</p> <p>21. Этапы становления отечественной психологии физической культуры и спорта.</p> <p>22. Мышление в учебной деятельности учащихся.</p> <p>23. Стрессы в профессиональной деятельности спортсмена. Техники саморегуляции в условиях стресса .</p> <p>24. Диагностика и поддержание мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью.</p> <p>25. Психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом и их учет в процессе занятий физической культуры и спортом: ранний и дошкольный возраст.</p> <p>26. Практические умения и навыки спортивного психолога.</p> <p>27. Психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом: подростковый и старший школьный возраст.</p> <p>28. Роль и значение психологической науки в работе спортивного педагога.</p> <p>29. Особенности мотивации спортивной</p>
ОПК-6		

ОПК-9	<p>психологический настрой спортсмена;</p> <p>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <p>- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</p> <p>- совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов.</p> <p><b>Знает:</b></p> <p>-принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся ФКиС, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>-подбирать и применять базовые психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p>-проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой</p>	<p>деятельности на различных этапах достижения спортивного мастерства, ее формирование.</p> <p>30.Управление конфликтами через выбор стратегии поведения в конфликтной ситуации в спортивной деятельности.</p> <p>31.Психологическая характеристика профессиональной деятельности учителя ФК и тренера.</p> <p>32.Психологические основы обучения двигательным действиям.</p> <p>33.Психологические основы профессионального мастерства спортивного тренера.</p> <p>34.Конфликты в физкультурно-спортивной деятельности (описание, причины и факторы их обуславливающие).</p> <p>35.Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности.</p> <p>36.Понятие о психомоторики, методы оценки уровня развития психомоторики на уроках физической культуры.</p> <p>36.Особенности развития личности школьников в условиях физического воспитания.</p> <p>37.Психика как регулятор здоровья. Особенности здорового образа жизни и здорового стиля жизни.</p> <p>39.Факторы, определяющие активность школьников на уроках физической культуры.</p> <p>40.Снижение тревожности и агрессивности средствами физических упражнений.</p> <p>41.Возрастная динамика к оздоровительной физической культуре.</p> <p>42.Психологическая характеристика физических качеств и их развития.</p> <p>43.Психологические особенности личности тренера</p> <p>44.Влияние физической подготовленности на устойчивость к эмоциональным стрессам.</p> <p>45.Психологические особенности работы учителя физической культуры со школьниками спортсменами.</p> <p>46.Психорегуляция и психогигиена в спорте.</p> <p>47.Социально – психологические особенности спортивной группы.</p> <p>48. Характеристика психологических</p>
-------	--	---



ОПК-10	<p>спортсмена;  -использовать методы оценки волевых качеств спортсмена;  -проводить методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, методика Айзенка, тепшинг-тест, методика Спилгергера-Ханина, Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.);</p> <p><b>Владеет:</b></p> <p>-навыками применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы/команды в сфере физической культуры и спорта.</p> <p><b>Знания:</b></p> <p>- основ эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе;</p> <p><b>Умения:</b></p> <p>-предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <p>- применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися ФКиС;  - анализа эффективности взаимодействия с занимающимися и</p>	<p>состояний спортсмена перед стартом.  49.Развитие нравственных и волевых качеств средствами физического воспитания.  50.Мотивационные основы занятий физической культурой у школьников.</p>
--------	--	---

	коллегами при решении профессиональных задач.	
--	---	--

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Разработчик: кандидат психологических наук, доцент Усманова З.Т.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
Дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

**ПЕДАГОГИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

*наименование дисциплины / практики в соответствии с учебным планом*

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
*(шифр, наименование)*

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность  
*(направленность (профиль) подготовки)*

Форма обучения: очная  
*(очная/заочная)*

Автор (ы) ФОС: Гут А.В., к.пед.н., доцент  
*(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)*

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «10» марта 2022 года  
Протокол № 9.

Казань-2022

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-1	ПС «Инструктор-методист» ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» ПС «Тренер»	Знает: <ul style="list-style-type: none"> <li>- морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;</li> <li>- влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса</li> <li>- биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека;</li> <li>- биомеханику статических положений и различных видов движений человека;</li> <li>- биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;</li> <li>- химический состав организма человека;</li> <li>- возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп;</li> <li>- физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;</li> <li>- физиологические механизмы</li> </ul>

		<p>регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе;</li><li>- физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</li><li>- анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств;</li><li>- психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;</li><li>- основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;</li><li>- положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li><li>- специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li><li>- целевые результаты и параметры применяемых нагрузок;</li><li>- методические и технологические подходы,</li></ul>
--	--	--

		<p>структуру построения занятий, формы и способы планирования;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- основные и дополнительные формы занятий;</li><li>- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li><li>- организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования;</li><li>- организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;</li><li>- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий);</li><li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;</li><li>- содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного</li></ul>
--	--	---

		<p>спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</li> <li>- способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; тактической и психологической подготовки в ИВС;</li> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС;</li> <li>- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;</li> <li>- оценивать эффективность статических положений и движений человека;</li> <li>- применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;</li> <li>- выявлять зависимость между процессами энергообразования</li> </ul>
--	--	---

		<p>при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом;</li><li>- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;</li><li>- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</li><li>- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;</li><li>- средства и методы физической, технической,</li><li>- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</li><li>- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;</li><li>- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;</li><li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой</li></ul>
--	--	---



		<p>атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li><li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач;</li><li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта;</li><li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li><li>- определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li><li>- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС;</li></ul>
--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"><li>- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;</li><li>- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li><li>- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий</li></ul> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</li><li>- проведения анатомического анализа физических упражнений;</li><li>- биомеханического анализа статических положений и движений человека;</li><li>- планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li><li>- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;</li><li>- планирования учебно-</li></ul>
--	--	---

		<p>тренировочный занятий по ИВС;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;</li> <li>- планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li> <li>- планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li> <li>- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul>
ОПК-5	<p>ПС «Инструктор-методист» ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» ПС «Тренер»</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды;</li> <li>- основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы социального поведения формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся;</li> <li>- сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе;</li> <li>- принципы воспитания;</li> <li>- методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте;</li> <li>- формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и</li> </ul>

		<p>тренировочном процессе;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- характеристику коллектива и основы его формирования в спорте;</li> <li>- технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов;</li> <li>- организацию воспитательного процесса в образовательных организациях;</li> <li>- виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте;</li> <li>- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебного времени в сотрудничестве с другими педагогическими работниками;</li> <li>- общаться с детьми различных возрастных категорий;</li> <li>- проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде;</li> <li>- помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях;</li> <li>- составлять психолого-педагогическую характеристику</li> </ul>
--	--	---

		<p>занимающегося, учебного и спортивного коллектива;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом;</li><li>- проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</li></ul> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- подготовкой материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</li><li>- планированием воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ;</li><li>- составлением психолого-педагогической характеристики, занимающегося физической культурой и спортом;</li><li>- организацией участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях;</li></ul>
--	--	---

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- организацией участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в культурно-массовых мероприятиях.</li> </ul>
ОПК-6	<p>ПС «Инструктор-методист» ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» ПС «Тренер»</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта;</li> <li>- место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта;</li> <li>- цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры;</li> <li>- социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества;</li> <li>- составляющие здорового образа жизни и факторы, их определяющие;</li> <li>- основы организации здорового образа жизни;</li> <li>- закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;</li> <li>- влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков;</li> <li>- механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации;</li> <li>- санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- гигиенические средства восстановления;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- гигиенические принципы закаливания;</li> <li>- методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах;</li> <li>- значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- понятие «пищевой статус».</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;</li> <li>- определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья;</li> <li>- планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных,</li> </ul>
--	--	---

		<p>поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов;</li><li>- устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий;</li><li>- составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания;</li><li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li><li>- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни;</li><li>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</li><li>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</li><li>- формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди</li></ul>
--	--	---



		<p>окружающих</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта;</li><li>- применения методик оценки физического развития детей и подростков;</li><li>- использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся;</li><li>- владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки;</li><li>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</li><li>- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</li><li>- совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов;</li><li>- организации встреч обучающихся с известными спортсменами;</li><li>- использования приемов</li></ul>
--	--	--

		агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.
ОПК-10	<p>ПС «Инструктор-методист» ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» ПС «Тренер»</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы менеджмента, управления персоналом;</li> <li>- основы эффективных коммуникаций;</li> <li>- методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе;</li> <li>- методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов;</li> <li>- нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи;</li> <li>- методы оценки качества и результативности работы подчиненных;</li> <li>- типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;</li> <li>- психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и</li> </ul>

		<p>соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе;</li><li>- методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</li></ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения;</li><li>- устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации заинтересованными сторонами;</li><li>- поддерживать учебную дисциплину во время занятий;</li><li>- предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом;</li><li>- учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации;</li><li>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</li><li>- корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в</li></ul>
--	--	--

		<p>профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы;</li><li>- вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся;</li><li>- определять цели и задачи деятельности спортивного актива;</li><li>- контролировать и направлять работу спортивного актива;</li><li>- определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта;</li><li>- оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта</li></ul> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и внеучебного времени образовательной организации;</li><li>- составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li><li>- распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды);</li><li>- руководства работой спортивного актива;</li><li>- организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта;</li><li>- применения психотехнических</li></ul>
--	--	--

		<p>игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</li> </ul>
ОПК-12	<p>ПС «Инструктор-методист» ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» ПС «Тренер»</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понятия и признаки правовых отношений;</li> <li>- трудовое законодательство Российской Федерации;</li> <li>- законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- законодательство Российской Федерации в образовании;</li> <li>- нормативные документы в области физической культуры и спорта;</li> <li>- требования федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий;</li> <li>- правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг;</li> <li>- нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией;</li> <li>- требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов;</li> <li>- требования охраны труда в области образования,</li> </ul>

		<p>физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся;</li><li>- нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка;</li><li>- судебную практику по спорам в области физической культуры и спорта;</li><li>- положения и регламенты спортивного арбитражного судопроизводства;</li><li>- методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние;</li><li>- источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования и физической культуры и спорта;</li><li>- этические нормы в области спорта и образования</li></ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом;</li><li>- ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта;</li><li>- анализировать плановую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных</li></ul>
--	--	---

		<p>правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативных правовых актов, условиям договоров</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики;</li> <li>- разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком, установленными нормативными и правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника;</li> <li>- разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности;</li> <li>- составления документов по проведению соревнований;</li> <li>- составления документов по разрешению споров в области физической культуры и спорта.</li> </ul>
--	--	---

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контроли-	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции
------------------------	---------------	--------------------	-------------------------------------

	руемой компетенции			
МОДУЛЬ 1.	ОПК-1, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-10, ОПК-12	Доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-1, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-10, ОПК-12	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
МОДУЛЬ 2.	ОПК-1, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-10, ОПК-12	Ситуационная задача	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-1, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-10, ОПК-12	Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК-1 ОПК-5 ОПК-6 ОПК-10 ОПК-12	Ответ на вопрос к экзамену	не аттестован низкий средний высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			



## Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
	Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Тематика докладов

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Темы докладов
ОПК-1	Организация совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности	Объект и предмет научного изучения педагогики физической культуры и спорта. Специфика целей и задач формирования личности в процессе занятий физической культурой и

	<p>обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.</p>	<p>спортом.</p> <p>Связь педагогики физической культуры и спорта с другими науками.</p> <p>Концепции профессионально-педагогической компетентности и мастерства специалиста в области физической культуры и спорта.</p> <p>Педагогический авторитет и его показатели.</p> <p>Педагогическая культура специалиста: двигательная и речевая культура как основные составляющие компоненты.</p> <p>Индивидуальный стиль деятельности педагога.</p> <p>Причины профессиональной некомпетентности специалиста в сфере физической культуры и спорта (на примере своей специализации).</p> <p>Физкультурная направленность личности педагога и ее составляющие.</p> <p>Педагогическая позиция специалиста в области физической культуры и спорта.</p> <p>Творческая стратегия поведения и деятельности педагога.</p> <p>Основные характеристики процесса воспитания в физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Воспитательный потенциал учебно-тренировочного занятия.</p> <p>Целеполагание как ведущий компонент педагогической деятельности в физической культуре и спорте.</p> <p>Особенности формирования физической культуры личности.</p> <p>Структурные компоненты воспитательного процесса.</p> <p>Факторы, определяющие выбор методов и методических приемов.</p>
<p>ОПК-5 ОПК-6</p>	<p>Осуществление контроля и оценки формирования</p>	<p>Диагностика уровня воспитанности спортсменов и требования к планированию воспитательной</p>

	<p>образовательных результатов обучающихся, выявление и корректировка трудности в обучении.</p>	<p>работы с ними.  Физическая культура и спорт как средства педагогической коррекции отклоняющегося поведения детей и молодежи.  Особенности самовоспитания в спорте.  Педагогическое руководство самовоспитанием в спорте.  Особенности самовоспитания на реабилитационных занятиях в инвалидном спорте.  Характеристика спортивного коллектива и его основные функции.  Значение коллектива для решения учебно-воспитательных задач при занятиях физической культурой и спортом.  Проблема социальной и спортивной адаптации в группе.  Проблема лидерства в спорте.  Социально-психологические феномены детского спортивного коллектива.  Стили руководства спортивной группой и их эффективность.  Воспитательные возможности спортивных команд в различных видах спорта.  Реализация комплексного подхода к формированию личности при занятиях физической культурой и спортом.</p>
<p>ОПК-10 ОПК-12</p>	<p>Осуществление обучения учебному предмету на основе использования предметных методик и современных образовательных технологий</p>	<p>Особенности гражданского и патриотического воспитания в спорте в современных условиях.  Основные направления педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения. Специфика педагогического взаимодействия с детьми, имеющими ограниченные возможности. Особенности воспитания детей с учетом</p>

		<p>этнокультурного компонента.</p> <p>Специфика физкультурно-спортивной работы с детьми различного социального уровня.</p> <p>Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность.</p> <p>Характеристика педагогических технологий и инноваций в области физической культуры и спорта.</p> <p>Личностно-ориентированные парадигмы в дидактике спорта.</p> <p>Использование активных методов обучения в физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Концепция сотрудничества в процессе учебно-тренировочных занятий.</p>
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Доклады	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.

	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.
--	----------------------	--

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК-1	Организация совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	Изучить Федеральный закон Российской Федерации «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ), дать краткий обзор глав и статей закона, посвященных физической культуре и спорту в системе образования. Изучить биографию знаменитого спортсмена или тренера, внесшего вклад в педагогику спорта. Особое внимание уделить его методической системе подготовки спортсменов. Разработать положение о проведении соревнований по избранному виду спорта в системе общего и дополнительного образования. Написать эссе на тему: «Физическая культура и спорт как альтернатива социально-негативным факторам, влияющим на молодежь». Разработать план-конспект воспитательного мероприятия для спортивного коллектива. Подготовить презентацию на тему: «Мое профессионально-педагогическое кредо».
ОПК-5 ОПК-6	Осуществление контроля и оценки формирования образовательных результатов обучающихся,	Проанализировать организацию одного из занятий по физической культуре с точки зрения реализации педагогических принципов. Дать общую характеристику закономерностей спортивной

	<p>выявление и корректировка в трудности обучении.</p>	<p>тренировки по избранному виду спорта. Проанализируйте учебники по дисциплине «Физическая культура» для средней школы. Составить схему взаимосвязи общепедагогических и профессиональных методов, используемых в практике физического обучения и воспитания. Сделать анализ применения различных видов контроля при обучении избранному виду спорта. Провести анализ учебно-методической документации по предмету «Физическая культура». Дать характеристику различным видам профессиональной компетентности. Описать функциональные компоненты профессиональной деятельности спортивного педагога. Описать этапы осуществления профессиональной деятельности спортивного педагога в учебно-воспитательном процессе. Провести анализ видов интерактивных образовательных технологий, применяемых на учебно-тренировочных занятиях. Составить педагогическую характеристику спортивной группы и рекомендации по коррекции ее микроклимата. Подготовить сценарий спортивного праздника для конкретного контингента, указав воспитательную направленность данного мероприятия</p>
<p>ОПК-10 ОПК-12</p>	<p>Осуществление обучения учебному предмету на основе использования предметных методик и современных образовательных технологий</p>	<p>Составить план-конспект урока физической культуры или тренировочного занятия по избранному виду спорта. Составить план-конспект индивидуального учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта. Написать программу работы тренера по</p>

		<p>виду спорта с родителями учеников, отразите формы и содержание работы.</p> <p>Дать характеристику педагогической технологии (тренировочной технологии) подготовки спортсмена по избранному виду спорта.</p> <p>Составить модель профессиональной компетентности специалиста (по виду спорта).</p> <p>Провести анализ современных педагогических технологий.</p> <p>Определить технологии педагогической поддержки детей разного возраста как условие успешности решения профессиональных педагогических задач.</p> <p>Решение педагогических задач.</p>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и

		исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.
--	--	---

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Примеры тестов
ОПК-1	Организация совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	<p>К числу потенциальных возможностей досуговых программ в области физической культуры относятся установки на:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• направленность на достижение спортивных успехов</li> <li>• осознание принадлежности к социально-исторической общности</li> <li>• самосовершенствование</li> <li>• соблюдение нравственных общечеловеческих ценностей</li> <li>• социальную активность</li> </ul> <p>Социальная значимость дополнительного спортивного образования в детско-юношеских спортивных школах обеспечивается следующим комплексом целей развития личности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• осознанным и успешным выбором спортивной деятельности через профильные программы</li> <li>• познавательным развитием, реализуемым через дополнительные программы</li> <li>• развитием социальных инициатив</li> <li>• социальной адаптацией, включающей опыт межличностного взаимодействия</li> </ul> <p>Главными предпосылками достижения цели и задач обучения и воспитания учащихся являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• опережающее формирование у молодежи мотивационно-ценностного отношения к физической культуре</li> <li>• потребность в регулярных занятиях</li> </ul>



		<p>физическими упражнениями и спортом</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• установка на здоровый образ жизни и физическое совершенствование</li> </ul>
ОПК-5 ОПК-6	<p>Осуществление контроля и оценки формирования образовательных результатов обучающихся, выявление и коррективировка трудности в обучении.</p>	<p>Сущность метода _____ состоит в том, что техника двигательного действия осваивается с самого начала в целостной структуре без расчленения на отдельные части.</p> <p>Проявление комплекса высоких показателей креативных, морфологических и физических способностей и возможностей человека — это:</p> <p>Умение преподавателя планировать и прогнозировать учебно-воспитательный процесс, направленный на физическое развитие обучающихся, формирование у них личностных качеств, способствующих их физическому совершенствованию, — это вид деятельности.</p>
ОПК-10 ОПК-12	<p>Осуществление обучения учебному предмету на основе использования предметных методик и современных образовательных технологий</p>	<p>К методам оценивания относятся:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) самооценка;</li> <li>б) рейтинг;</li> <li>в) педагогический консилиум;</li> <li>г) наблюдение.</li> </ol> <p>К методам внедрения результатов исследования в педагогическую практику относятся:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) эксперимент;</li> <li>б) опытное обучение;</li> <li>в) масштабное внедрение;</li> <li>г) социометрия.</li> </ol> <p>К формам занятий в физическом воспитании относятся:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) урочные формы;</li> <li>б) внеурочные формы;</li> <li>в) соревновательные формы;</li> <li>г) стандартные формы.</li> </ol> <p>В структуру педагогической культуры входят следующие блоки:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) специальные способности и свойства личности;</li> <li>б) идейно-нравственные качества;</li> <li>в) профессионально-этическое</li> </ol>

		<p>поведение педагога;  г) педагогическое мастерство;  д) профессиональная зрелость личности.</p> <p>Конкретная задача, возникающая в ходе учебно-воспитательного процесса, требующая от преподавателя знаний педагогической теории, психологии и навыков общения с учащимися, — это:  К образовательным целям физического развития учащихся относятся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• длительное сохранение высокого уровня общей и профессиональной работоспособности</li> <li>• оптимальный уровень развития физических качеств, присущих человеку</li> <li>• совершенствование телосложения и оптимальное развитие физиологических функций организма</li> <li>• сохранение и укрепление здоровья, закаливание организма.</li> </ul> <p>Личность, группа, коллектив сознательно осуществляющие цели воспитания (самовоспитания), — это:</p>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

### Ситуационные задачи

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Ситуационные задачи
ОПК-1	Организация совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с	Учащийся на уроке по физической культуре грубо нарушает дисциплину. После бесед с ним учителя по физической культуре, классного руководителя и школьной администрации уверяет, что больше подобного не повторится. Но выходя за дверь класса, все начинает сначала. Подобное поведение

	<p>особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.</p>	<p>продолжается довольно долго... Решение. Педагог входит в класс, начинает урок. В классе продолжается шум, каждый занимается своим делом, никто не обращает внимания на педагога. Он задает упражнение по учебнику и дает на выполнение 10 минут. Кто начинает делать задание, кто продолжает болтать с соседом. Со стороны педагога – никаких действий, замечаний. Когда приходит время проверить упражнение, учитель спрашивает только тех, кто готов (готово человек 5 из 12). Так же выполняются и другие задания. В результате в классе работает несколько человек, остальные болтают. Педагогу никак не удается организовать работу класса. Тогда педагог предлагает ребятам поиграть в игру. Все встают, но некоторые отходят в стороны, отказываясь играть. Звенит звонок. Решение. Вы приступили к проведению урока, все учащиеся успокоились, настала тишина, и вдруг в классе кто-то громко засмеялся. Когда вы, не успев ничего сказать, вопросительно и удивленно посмотрели на учащегося, который засмеялся, он, смотря вам прямо в глаза, заявил: «Мне всегда смешно глядеть на вас, и хочется смеяться, когда вы начинаете вести занятия». Как вы отреагируете на это? Выберите и отметьте подходящий вариант словесной реакции из числа предложенных ниже.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Вот тебе и на!»</li> <li>2. «А что тебе смешно?»</li> <li>3. «Ну, и ради бога!»</li> <li>4. «Ты что, дурачок?»</li> <li>5. «Люблю веселых людей».</li> <li>6. «Я рад (а), что создаю у тебя веселое настроение.</li> </ol>
<p>ОПК-5 ОПК-6</p>	<p>Осуществление контроля и оценки формирования образовательных</p>	<p>В одном из 8 классов школы был учащийся, который уже не первый раз оставался на второй год и был старше остальных. В начале учебного года он</p>

	<p>результатов обучающихся, выявление и корректировка трудности в обучении.</p>	<p>решил устроить испытание молодому педагогу. С первой минуты урока подросток начал мешать проводить занятие. Педагог сделал замечание, но это не подействовало. Он не остановился. В классе начали смеяться. Урок мог быть сорван. Решение.</p> <p>В самом начале занятия или уже после того, как вы провели несколько занятий, учащийся заявляет вам: «Я не думаю, что вы, как педагог, сможете нас чему-то научить».</p> <p>Ваша реакция:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Твое дело - учиться, а не учить учителя».</li> <li>2. «Таких, как ты, я, конечно, ничему не смогу научить».</li> <li>3. «Может быть, тебе лучше перейти в другой класс или учиться у другого учителя?»</li> <li>4. «Тебе просто не хочется учиться».</li> <li>5. «Мне интересно знать, почему ты так думаешь».</li> <li>6. «Давай поговорим об этом подробнее. В моем поведении, наверное, есть что-то такое, что наводит тебя на подобную мысль».</li> </ol>
<p>ОПК-10 ОПК-12</p>	<p>Осуществление обучения учебному предмету на основе использования предметных методик и современных образовательных технологий</p>	<p>Ситуация произошла в школе (8 класс) в физкультурном зале на соревнованиях по футболу между классами. Между учениками параллельных классов возник какой-то конфликт. Педагог побежал разбираться, в чем дело (уже почти дошло до драки). Когда он подошел к мальчикам и попытался вмешаться, один из учащихся послал педагога матом (он не понял, что это учитель). Когда же он осознал, что сотворил – отвернулся и продолжил спорить с другим учеником. Педагог добился того, чтобы встал вопрос об отчислении этого учащегося из школы (но его не отчислили). Решение.</p> <p>В классе есть физически слабый ученик, и другие ученики не упускают случая поиздеваться над ним на уроках по</p>

		<p>физической культуре. Когда педагог просит его отработать броски, он только мнетя, боясь, что все будут лишь смеяться над ним. Педагог только вздыхает, упрекает и ставит плохую оценку. Решение.</p> <p>Учащийся разочарован своими учебными успехами, сомневается в своих способностях и в том, что ему когда-либо удастся как следует понять и усвоить материал, и говорит учителю: «Как вы думаете, удастся ли мне когда-нибудь учиться на отлично и не отставать от остальных ребят в классе?» Что должен на это ему ответить учитель?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Если честно сказать - сомневаюсь».</li> <li>2. «О, да, конечно, в этом ты можешь не сомневаться».</li> <li>3. «У тебя прекрасные способности, и я связываю с тобой большие надежды».</li> <li>4. «Почему ты сомневаешься в себе?»</li> <li>5. «Давай поговорим и выясним проблемы».</li> <li>6. «Многое зависит от того, как мы с тобой будем работать».</li> </ol>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Ситуационные задачи	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной

		работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### 3. Вопросы для проведения промежуточной аттестации

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОПК-1	Организация совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	<p>Возникновение и становление педагогики в первобытном обществе и древних государствах (первобытные общины; государства Древнего Востока; Древний Египет; Древняя Греция).</p> <p>Развитие педагогической мысли в Средневековье (Я.А. Коменский, Дж. Локк, Ж.Ж. Руссо, А. Дистервег).</p> <p>Развитие и становление педагогики в России (М.В. Ломоносов; А.Н. Радищев, К.Д. Ушинский; Н.А. Добролюбов, Л.Н. Толстой, П.Ф. Лесгафт; А.С. Макаренко).</p> <p>Объект и предмет научного изучения педагогики физической культуры и спорта.</p> <p>Задачи педагогики спорта как отрасли педагогической науки.</p> <p>Основные тенденции развития педагогики спорта за рубежом.</p> <p>Связь педагогики физической культуры и</p>

		<p>спорта с другими науками.</p> <p>Профессиональная компетентность специалиста и ее виды.</p> <p>Основные компоненты компетентности и их характеристика.</p> <p>Уровни профессиональной компетентности специалиста.</p> <p>Профессиональная компетентность тренера (на примере своей специализации).</p> <p>Структура, содержание и развивающие возможности спорта.</p> <p>Психолого-педагогические принципы формирования личности в спорте.</p> <p>Методы воспитания личности в спорте.</p>
<p>ОПК-5 ОПК-6</p>	<p>Осуществление контроля и оценки формирования образовательных результатов обучающихся, выявление и коррективировка трудности обучения.</p>	<p>Формы и средства осуществления воспитательного воздействия.</p> <p>Стили руководства спортивной группой и их эффективность.</p> <p>Особенности создания и управления коллективом в детско-юношеском спорте.</p> <p>Учет возрастных особенностей ребенка при обучении двигательным действиям.</p> <p>Воспитательная деятельность как традиционный вид педагогической деятельности.</p> <p>Структура и особенности воспитательной деятельности.</p> <p>Личность и социально-психологический климат в коллективе.</p> <p>Коллектив как объект и субъект спортивного воспитания.</p> <p>Структура социально-психологических отношений в коллективе.</p> <p>Воспитание и самовоспитание.</p> <p>Особенности воспитания в процессе учебно-тренировочных занятий.</p> <p>Сущность и структура рефлексивной культуры педагога.</p> <p>Воображение, фантазия и импровизация в творческой деятельности специалиста сферы физической культуры и спорта.</p> <p>Предстартовые эмоциональные состояния, их влияние на эффективность</p>

		<p>действий спортсменов.</p> <p>Факторы, влияющие на выраженность предстартового эмоционального состояния.</p> <p>Способы регуляции у спортсменов предстартовых эмоциональных состояний.</p> <p>Причины возникновения эмоциональной напряженности в процессе деятельности.</p> <p>Спортивная злость. Состояние азарта.</p> <p>Стадии психического напряжения. Страх (формы, причины).</p> <p>Утомление, усталость как следствие интенсивной или длительной деятельности.</p> <p>Состояния, связанные с оцениванием результатов спортивной деятельности.</p> <p>Основные направления развития личности.</p> <p>Физическая культура личности, ее формирование.</p>
<p>ОПК-10 ОПК-12</p>	<p>Осуществление обучения учебному предмету на основе использования предметных методик и современных образовательных технологий</p>	<p>Личностное развитие (охарактеризуйте процессы проявления).</p> <p>Здоровье (компоненты, уровни ценности). Здоровый образ жизни.</p> <p>Факторы, определяющие формирование ценностного отношения к здоровью и физической культуре.</p> <p>Принципы формирования ценностного отношения к здоровью и физической культуре.</p> <p>Этапы формирования ценностного отношения к здоровью и физической культуре.</p> <p>Категории «организация», «руководство», «управление» в современной теории управления социальными системами.</p> <p>Педагогическое мастерство тренера.</p> <p>Учебно-методическая и нормативная документация.</p> <p>Профессиональная педагогическая рефлексия.</p>



## Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
История физической культуры

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

**ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
(шифр, наименование)

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность  
(наименование дисциплины / практики в соответствии с учебным планом)

Форма обучения: очная  
(очная/заочная)

Автор (ы) ФОС: Норден А.П., к.ист.н., доцент  
(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «б» марта 2019 года  
Протокол № 4.

Казань - 2020

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p><b>УК-5</b> – Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.</p>	<p><i>ПС 05.005 «Инструктор-методист»</i></p> <p><i>ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</i></p> <p><i>ПС 05.003 «Тренер»</i></p>	<p><i>Знает:</i> - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции;</li> <li>- различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории;</li> <li>- основные этапы и важнейшие события истории России;</li> <li>- роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории;</li> <li>- периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i> - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи;</li> <li>- давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля;</li> <li>- формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории;</li> <li>- соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять</li> </ul>

		<p>существенные черты исторических процессов, явлений и событий;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта.</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i> - объективного, беспристрастного анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ведения дискуссии и полемики;</li> <li>- владения методами историографического анализа, позволяющего оценивать последствия политических решений, действий исторических (политических) деятелей, организаций, общественных сил и формировать собственное обоснованное суждение.</li> </ul>
<p><b>ОПК-6</b> – Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.</p>	<p><i>ПС 05.005 «Инструктор-методист»</i></p> <p><i>ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</i></p> <p><i>ПС 05.003 «Тренер»</i></p>	<p><i>Знает:</i> - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные технологии поиска и сбора информации;</li> <li>- форматы представления информации в компьютере;</li> <li>- правила использования ИКТ и средств связи;</li> <li>- информационно-поисковые системы и базы данных.</li> </ul> <p><i>Умеет:</i> -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на</li> </ul>

		благо Отечества. <i>Имеет опыт:</i> -обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - совместного с занимающимися просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов.
--	--	--

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	УК-5 ОПК-6	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	УК-5 ОПК-6	Практическая работа Доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	УК-5 ОПК-6	Практическая работа Тестовые задания Ответ на вопрос экзаменационного билета	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	УК-5 ОПК-6	Практическая работа Ответ на вопрос экзаменационного билета	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

### Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
УК-5 ОПК-6	Ответ на вопрос экзаменационного билета	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

### Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
	Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
УК-5	<i>Знает</i> :- различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основные этапы и важнейшие события истории России; - роль в историческом развитии России выдающихся деятелей	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Описать основные теории и концепции происхождения физических упражнений и игр.</li> <li>2. Назвать особенности развития физической культуры в первобытном обществе.</li> <li>3. Как происходило развитие физической культуры в странах Древнего Востока.</li> <li>4. Сущность учения филантропов. Основатели и главные представители школы филантропов.</li> <li>5. Составить таблицу спортсменов</li> </ol>

<p>ОПК-6</p>	<p>отечественной истории;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i> - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля;</li> <li>- формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории;</li> <li>- соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий;</li> <li>- устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта.</li> </ul> <p><i>Знает:</i> - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах;</p>	<p>Российской империи в первых олимпийских играх современности.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. Анализ ФК и спорта в России на рубеже XIX – XX вв.</li> <li>7. Провести анализ системы физического воспитания П.Ф.Лесгафта</li> <li>8. Провести анализ физической подготовки в войсках А.В.Суворова</li> <li>9. Анализ итогов участия советских спортсменов на летних и зимних олимпиадах (1952 – 1988)</li> </ol>
--------------	--	--



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные технологии поиска и сбора информации;</li> <li>- форматы представления информации в компьютере;</li> <li>- правила использования ИКТ и средств связи;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i> -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья;</p>	
--	---	--

#### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

## Доклад на заданную тему

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для доклада
УК-5	<p><i>Знает:</i> - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем;</p> <p>- различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории;</p> <p>- основные этапы и важнейшие события истории России;</p> <p>- роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории;</p> <p>- периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры;</p> <p><i>Умеет:</i> - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности;</p> <p>- выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи;</p> <p>- давать объективную характеристику и интерпретацию исторического</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Назовите особенности развития физической культуры в первобытном обществе.</li> <li>2. Какую роль при первобытном строе играли инициации в воспитании молодежи?</li> <li>3. Разъясните роль и место игр и физических упражнений в период распада родового строя.</li> <li>4. Каковы особенности развития физической культуры и спорта в Средние века?</li> <li>5. Каким было содержание физической подготовки рыцарей? В чем значение рыцарских турниров?</li> <li>6. Каковы особенности развития физической культуры в странах Азии(Китай, Индия, Япония) в Средние века?</li> <li>7. Взгляды на физическое воспитание Джона Локка</li> <li>8. Сущность учения филантропов. Основатели и главные представители школы филантропов.</li> <li>9. Немецкое(турнерское) движение.</li> <li>10. Шведское гимнастическое направление</li> <li>11. Французская гимнастическая система</li> <li>12. Сокольская гимнастическая система. Развитие сокольской гимнастики в дореволюционной России.</li> <li>13. Скаутское движение. Общее и различия в скаутском движении и пионерском движении в СССР</li> <li>14. Основные положения Олимпийской хартии и учредительных документов МОК</li> <li>15. Биография А.Д.Бутовского</li> <li>16. Участие спортсменов России в первых олимпийских играх современности.</li> <li>17. Панин-Коломенкин – первый российский олимпийский чемпион.</li> </ol>

<p>ОПК-6</p>	<p>события, этапа, исторического деятеля;  - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий;  <i>Имеет опыт:</i> - объективного, беспристрастного анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов;  - ведения дискуссии и полемики;  - владения методами историографического анализа, позволяющего оценивать последствия политических решений, действий исторических (политических) деятелей, организаций, общественных сил и формировать собственное обоснованное суждение.</p> <p><i>Знает:</i> - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах;  - основные технологии поиска и сбора информации;  - форматы представления информации в компьютере;</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>18. Физическая подготовка в войсках А.В.Суворова</li> <li>19. Русские народные игры и виды спорта(лапта, чиж, городки и т.д.)</li> <li>20. Жизнь и деятельность П.Ф.Лесгафта</li> <li>21. Развитие ФК и спорта в России на рубеже XIX – XX вв.</li> <li>22. Международное студенческое спортивное движение. Социально-гуманитарный аспект Универсиад.</li> <li>23. Юношеские Олимпийские игры.</li> <li>24. Олимпийские символы и церемонии(флаг, гимн, эстафета огня, т.д.)</li> <li>25. Олимпийское образование. Международная олимпийская академия.</li> </ol>
--------------	---	--

	<p><i>Умеет:</i> -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья;</p> <p><i>Имеет опыт:</i> - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта;</p> <p>- совместного с занимающимися просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов.</p>	
--	---	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Доклад на заданную тему	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы. Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины. Не использованы информационные технологии (Power Point). В представленной информации имеются ошибки. Нет ответов на заданные вопросы. Коммуникативные навыки не демонстрируются или их уровень очень низкий.
	Низкий (Удовлетворительно)	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы. Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна.
	Средний (Хорошо)	Использован 1-2 профессиональный термин. Используются информационные технологии,

		но качество презентации низкое: отсутствует наглядность и логика изложения информация, восприятие информации затруднено. В представленной информации имеются ошибки. Ответы на заданные вопросы вызывают затруднение и/или отвечает только на элементарные вопросы. Демонстрирует достаточные для восприятия информации коммуникативные навыки.
	Высокий (Отлично)	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы.

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
УК-5	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем;</li> <li>- различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории;</li> <li>- основные этапы и важнейшие события истории России;</li> <li>- роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории;</li> <li>- периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и</li> </ul>	<p>1. Древнейшей формой организации физической культуры были:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>А) бега</li> <li>Б) единоборство</li> <li>В) соревнования на колесницах</li> <li>Г) игры</li> </ul> <p>2. Физическая культура рабовладельческого общества имела:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>А) прикладную направленность</li> <li>Б) военную и оздоровительную направленность</li> <li>В) образовательную направленность</li> <li>Г) воспитательную направленность</li> </ul> <p>3. Российский Олимпийский Комитет был создан в</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) 1908 году</li> <li>б) 1911 году</li> <li>в) 1912 году</li> <li>г) 1916 году</li> </ul> <p>4. Александр Попов – Чемпион Олимпийских игр в ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>А) плавание</li> <li>Б) легкая атлетика</li> <li>В) лыжные гонки</li> <li>Г) велоспорт</li> </ul> <p>5. Какой из перечисленных видов не входит в программу современного пятиборья</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>А) стрельба</li> <li>Б) фехтование</li> <li>В) гимнастика</li> <li>Г) верховая езда</li> </ul> <p>6. Почему античные Олимпийские игры назывались праздниками мира?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>А) игры отличались миролюбивым характером</li> <li>Б) в период проведения игр прекращались войны</li> <li>В) в Олимпийских играх принимали участие атлеты всего мира</li> <li>Г) Олимпийские игры имели мировую известность</li> </ul>

<p>ОПК-6</p>	<p>спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности;</p> <p>- выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи;</p> <p>- соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий;</p> <p>- устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта.</p> <p><i>Знает:</i> - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах;</p> <p>- основные технологии поиска и сбора информации;</p> <p>- форматы представления информации в компьютере;</p> <p>- правила использования ИКТ и средств связи;</p> <p>- информационно-поисковые системы и базы данных.</p>	<p>7.Какой вид программы представлял программу первых Олимпийских игр Древней Греции?</p> <p>А) метание копья Б) борьба В) бег на один стадий Г) бег на четыре стадия</p> <p>8.Как назывался вид спортивной программы Олимпийских игр древности, сочетавший борьбу с кулачным боем?</p> <p>А) долиходром Б) панкратион В) пентатлон Г) диаулом</p> <p>9.Какая организация руководит современным олимпийским движением?</p> <p>А) Организация объединенных наций Б) Международный совет физического воспитания и спорта В) Международный олимпийский комитет Г) Международная олимпийская академия</p> <p>10.Кто был первым президентом Международного олимпийского комитета?</p> <p>А) Пьер де Кубертен Б) Алексей Бутовский В) Майкл Килланин Г) Деметриус Викелас</p> <p>11.Кто стал первым олимпийским чемпионом из российских спортсменов?</p> <p>А) Н.Орлов Б) А.Петров В) Н.Панин – Коломенкин Г) А.Бутовский</p> <p>12.За что движением «Фэйр Плэй» вручается почетный приз Пьера де Кубертена?</p> <p>А) за честное судейство Б) за победы на трех Олимпиадах В) за честную и справедливую борьбу Г) за большой вклад в развитие Олимпийского движения</p> <p>13. Кто является президентом Олимпийского комитета России в настоящее время?</p> <p>А) Шамиль Тарпищев Б) Вячеслав Фетисов В) Станислав Поздняков Г) Виталий Смирнов</p> <p>14.На открытии Олимпийских игр парад олимпийских делегаций стран- участниц открывает (идет первой):</p> <p>А) делегация страны – организатора Б) делегация страны, чье название начинается на первые буквы алфавита страны- организатора В) делегация страны – организатора предыдущей олимпиады Г) делегация Греции</p> <p>15.На открытии Олимпийских игр парад олимпийских</p>
--------------	---	--

		<p>делегаций стран – участниц завершает (идет последней): А) делегация страны – организатора Б) делегация страны, чье название начинается на первые буквы алфавита страны- организатора в) делегация страны- организатора предыдущей Олимпиады г) делегация Греции</p> <p>16.В каком году был образован Международный олимпийский комитет? А) 1890 Б) 1894 В) 1892 Г) 1896</p> <p>17.Термин «Олимпиада» означает: А) четырехлетний период между Олимпийскими играми Б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры В) синоним Олимпийских игр Г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр</p> <p>18.В каком году Олимпийские игры состоялись в нашей стране? А) планировались в 1944 году, но были отменены из-за 2 мировой войны Б) в 1976 году в Сочи В) в 1980 году в Москве Г) пока еще не проводились</p> <p>19.Какие дисциплины включал пентатлон – древнегреческое пятиборье? 1.кулачный бой 2.верховая езда 3.прыжки в длину 4.прыжки в высоту 5.метание диска 6.бег 7.стрельба из лука 8.борьба 9.плавание 10.метание копья А)1,2,3,8,9 Б)3,5,6,8,10 В)1,4,6,7,9 Г)2,5,6,9,10</p> <p>20.Пьер де Кубертен был удостоен золотой олимпийской медали на конкурсе искусств в ... А) в 1894 году за проект Олимпийской хартии Б) в 1912 году за «Оду спорта» В) в 1914 году за флаг, подаренный Кубертену МОК Г) в 1920 году за текст Олимпийской клятвы</p> <p>21.Олимпийский символ представляет с собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке... А) сверху - синее, черное, красное, внизу- желтое и зеленое Б) сверху – зеленое, черное, красное, внизу – синее и желтое В) сверху – красное, синее, черное, внизу – желтое и зеленое Г) сверху – синее, черное, красное, внизу – зеленое и желтое</p> <p>22.Олимпийские игры состоят из... А) соревнований между странами</p>
--	--	---

		<p>Б) соревнований по зимним или летним видам спорта  В) зимних и летних Игр Олимпиады  Г) открытия, соревнований, награждения участников и закрытия</p> <p>23. Как назывались специальные помещения для подготовки атлетов к древнегреческим Играм Олимпиады?  А) палестра  Б) амфитеатр  В) гимнасия  Г) стадион</p> <p>24. Талисманом Олимпийских игр является:  А) изображение Олимпийского флага  Б) изображение пяти сплетенных колец  В) изображение животного, популярного в стране, проводящей Олимпиаду  Г) изображение памятника архитектуры, популярного в стране, проводящей Олимпиаду</p> <p>25. Талисман, как бы приносящий счастье любому олимпийцу, любому болельщику, впервые появился на играх в ...  А) 1968 году в Мехико  Б) 1972 году в Мюнхене  В) 1976 году в Монреале  Г) 1980 году в Москве</p>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	<ul style="list-style-type: none"> <li>– не аттестован</li> <li>– низкий</li> <li>– средний</li> <li>– высокий</li> </ul>	<p>50% и менее  51% – 65 %  66 % – 84%  85% – 100%</p>

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК-5	<p><i>Знает:</i> - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем;  - основные исторические формы</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Какие существуют основные теории и концепции происхождения физических упражнений и игр?</li> <li>2. Какова роль культовых обрядов и труда в развитии физической культуры?</li> <li>3. Назовите особенности развития физической культуры в первобытном обществе.</li> <li>4. Какую роль при первобытном строе играли инициации в воспитании молодежи?</li> </ol>



	<p>взаимодействия человека и общества, политические концепции;</p> <p>- различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории;</p> <p>- основные этапы и важнейшие события истории России;</p> <p>- роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории;</p> <p>- периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры;</p> <p><i>Умеет:</i> - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности;</p> <p>- выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи;</p> <p>- давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа,</p>	<p>5. Разъясните роль и место игр и физических упражнений в период распада родового строя.</p> <p>6. Какие изменения происходили в развитии физической культуры и спорта в период перехода от первобытного строя к рабовладельческому обществу?</p> <p>7. Как происходило развитие физической культуры в странах Древнего Востока.</p> <p>8. Каковы особенности развития физической культуры и спорта в Средние века?</p> <p>9. Как относилась христианская церковь(католическая) к физическому воспитанию знати и народа?</p> <p>10. Каким было содержание физической подготовки рыцарей? В чем значение рыцарских турниров?</p> <p>11. Какие виды спорта выросли из народных игр и забав?</p> <p>12. Какова роль фехтовальных и стрелковых обществ в средневековых городах Европы?</p> <p>13. Каковы особенности развития физической культуры в странах Азии (Китай, Индия, Япония) в Средние века?</p> <p>14. Каковы взгляды гуманистов и социалистов-утопистов на физическое воспитание человека?</p> <p>Когда и кем предпринимались первые попытки возрождения античных Олимпийских игр, возвращения античных олимпийских традиций?</p> <p>16. Какое значение имело развитие физической культуры и спорта в Средние века для последующих столетий?</p> <p>17. Взгляды на физическое воспитание Джона Локка</p> <p>18. Сущность учения филантропов. Основатели и главные представители школы филантропов.</p> <p>19.</p> <p>20. Физвоспитание и физкультура в педагогических воззрениях Иоганна Песталоцци.</p> <p>21. Немецкое(турнерское) движение.</p> <p>22. Шведское гимнастическое направление</p> <p>23. Французская гимнастическая система</p> <p>24. Сокольская гимнастическая система.</p> <p>25. Развитие сокольской гимнастики в</p>
--	---	--

<p>ОПК-6</p>	<p>исторического деятеля;  - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории;  - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий;  - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта.  <i>Имеет опыт:</i> - объективного, беспристрастного анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов;  - ведения дискуссии и полемики;  - владения методами историографического анализа, позволяющего оценивать последствия политических решений, действий исторических (политических) деятелей,</p>	<p>дореволюционной России.  26. Возникновение современных видов спорта:  А) Футбол  Б) Бокс  В) Регби  27. Скаутское движение. Общее и различия в скаутском движении и пионерском движении в СССР  28. Жизнь и деятельность Пьера де Кубертена.  29. Основные положения Олимпийской хартии и учредительных документов МОК  30. Биография А.Д.Бутовского  31. Первые Олимпийские игры современности. Афины 1896  32. Игры II Олимпиады. Париж 1900  33. III Олимпийские игры. Сент-Луис 1904  34. IV Олимпиада. Лондон 1908  35. V Олимпиада. Стокгольм 1912.  36. Участие спортсменов России в первых олимпийских играх современности.  37. Панин-Коломенкин – первый российский олимпийский чемпион.  38. ФВ у древних славян.  39. ФК казачества.  40. Физическая подготовка в войсках А.В.Суворова  41. Русские народные игры и виды спорта(лапта, чиж, городки и т.д.)  42. Жизнь и деятельность П.Ф.Лесгафта  43. Система физического воспитания П.Ф.Лесгафта  44. Развитие ФК и спорта в России на рубеже XIX – XX вв.  45. Первые российские олимпиады(1913 и 1914)  46. История возникновения и развития спорта в дореволюционной России:  А) Силовые виды спорта,  Б) Легкая атлетика,  В) Игровые виды,  Г) Зимние виды, по выбору.  47. Международное студенческое спортивное движение. Социально-гуманитарный аспект Универсиад.  48. Игры Британского Содружества. История и современность.</p>
--------------	---	--

	<p>организаций, общественных сил и формировать собственное обоснованное суждение.</p> <p><i>Знает:</i> - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные технологии поиска и сбора информации;</li> <li>- форматы представления информации в компьютере;</li> <li>- правила использования ИКТ и средств связи;</li> <li>- информационно-поисковые системы и базы данных.</li> </ul> <p><i>Умеет:</i> -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества.</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i> - обобщения информации о</p>	<p>49. Панамериканские и Азиатские игры. Европейские игры.</p> <p>50. Юношеские Олимпийские игры.</p> <p>51. Международное рабочее спортивное движение между двумя мировыми войнами. Красный и Люцернский спортивные Интернационалы.</p> <p>52. Милитаризация ФК и спорта в государствах с тоталитарными режимами перед 11 Мировой войной(Германия, Италия, Япония).</p> <p>53. Становление системы студенческого и профессионального спорта в США.(с 50-х гг.ХХв.и на современном этапе).</p> <p>54. Возникновение МСО(Международных спортивных объединений) и их значение для развития международного спорта.</p> <p>55. Олимпийские символы и церемонии(флаг, гимн, эстафета огня, т.д.)</p> <p>56. История Олимпийской деревни</p> <p>57. Зимние олимпиады – экскурс в прошлое(1924-1936)</p> <p>58. Выход СССР на олимпийскую арену(1952 – Хельсинки, 1956 – Кортина д,Ампеццо).</p> <p>59. Итоги участия советских спортсменов на летних и зимних олимпиадах(1952-1988)</p> <p>60. Олимпийское движение в ХХ1 веке: вызовы, проблемы, перспективы.</p> <p>61. Олимпийское образование.</p> <p>62. Международная олимпийская академия.</p>
--	--	---

	достижениях в сфере физической культуры и спорта;	
--	---	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
Теория и методика физической культуры

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Кафедра теории и методики физической культуры

**Фонд оценочных средств**

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
*(наименование дисциплины / практики в соответствии с учебным планом)*

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
*(шифр, наименование)*

Направленность (профиль):  
Физкультурно-оздоровительная деятельность  
*(направленность (профиль) подготовки)*

Форма обучения: очная  
*(очная/заочная)*

Автор (ы) ФОС: к.б.н., доцент Миннахметова Лариса Тагировна  
*(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)*

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «б» марта 2019 года.  
Протокол № 4.

## 5. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p><b>ОПК-1</b> – Способен планировать содержание занятий с учетом положений теорий физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</p>	<p><b>05.005 - Инструктор-методист</b></p> <p>A/01.4 Планирование, организация и проведение занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утвержденным программам</p> <p>A/02.4 Проведение спортивно-оздоровительной работы</p> <p>A/03.4 Вовлечение населения различных возрастных групп в занятия физической культурой и спортом</p> <p>A/04.4 Консультирование по вопросам улучшения физической подготовленности населения различных возрастных групп</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li> <li>- методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- основные и дополнительные формы занятий;</li> <li>- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организация образовательного процесса в образовательных организациях (дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования);</li> <li>- организация деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;</li> <li>- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</li> <li>- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в</li> </ul>

		<p>соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;</li><li>- определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li><li>- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС;</li><li>- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;</li><li>- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li><li>- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</li></ul> <p><i>Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;</li><li>- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;</li><li>- планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций).</li></ul>
--	--	---

		- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
<b>ОПК-2</b> - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.	<b>05.003 – Тренер</b> A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся A/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся B/01.5 Комплектование групп занимающихся	Знает: - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодновременность и динамичность спортивной ориентации»; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; Умеет: - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; Владеет: - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и



		оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.
<b>ОПК-9</b> – Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	<b>05.003 – Тренер</b> В/01.5 Комплектование групп занимающихся	<i>Умеет:</i> - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся.
<b>ОПК-11</b> – Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.	<b>05.005 - Инструктор-методист</b> В/04.5 Методическая и консультационная помощь работникам образовательной организации, родителям (законным представителям) несовершеннолетних обучающихся	<i>Знает:</i> - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры. <i>Умеет:</i> - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов.
<b>ОПК-14</b> - Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.	<b>05.005 - Инструктор-методист</b> В/01.5 Организация активного отдыха обучающихся, занимающихся В/02.5 Организация работы	<i>Знает:</i> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного

	<p>кружков и спортивных секций, спортивного актива В/03.5 Планирование, организация и проведение образовательной работы по физической культуре с обучающимися, занимающимися В/05.5 Проведение физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися, занимающимися во время занятий физической культурой в спортивном сооружении и на его территории</p>	<p>образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. <i>Владеет:</i> - разработки методического обеспечения тренировочного процесса.</p>
--	--	---

Оценочные средства, уровни и критерии **оценивания сформированности компетенций**

Оценочное средство	Критерии экспертного оценивания	Уровни оценивания
Практическая работа	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.	Не аттестован (Неудовлетворительно)
	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.	Низкий уровень (Удовлетворительно)
	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.	Средний уровень (Хорошо)
	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.	Высокий уровень (Отлично)
Ситуационная задача	Студент выполнил работу не полностью или объем выполненной части работы не позволяет сделать правильные выводы.	Не аттестован (Неудовлетворительно)
	Студент выполнил работу не полностью, но объем	Низкий

	выполненной части таков, что позволяет получить правильные результаты и выводы; в ходе проведения работы были допущены ошибки.	уровень (Удовлетворительно)
	Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, но допустил 2-3 ошибки.	Средний уровень (Хорошо)
	Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий; в ответе правильно и аккуратно выполняет все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления;/или правильно и аккуратно выполнил все задания; правильно выполняет анализ ошибок.	Высокий уровень (Отлично)
Тестовые задания	Правильно выполнено 50% и менее тестовых заданий	Не аттестован
	Правильно выполнено 51% – 65 % тестовых заданий	Низкий уровень (Удовлетворительно)
	Правильно выполнено 66 % – 84%	Средний уровень (Хорошо)
	Правильно выполнено 85% – 100% тестовых заданий	Высокий уровень (Отлично)
Собеседование, устный опрос, Ответ на вопрос экзаменационного билета,	Студент показывает слабый уровень профессиональных знаний, затрудняется при анализе практических ситуаций. Не может привести примеры из реальной практики. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом.	Не аттестован
	Студент показывает недостаточные знания лекционного и практического материала, при ответе отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. На поставленные вопросы отвечает неуверенно, допускает ошибки. В ответе не всегда присутствует логика, приводятся недостаточно веские доказательства. На поставленные вопросы затрудняется с ответами, показывает недостаточно глубокие знания.	Низкий уровень (Удовлетворительно)
	Студент показывает достаточный уровень компетентности, знание лекционного и практического материала. Ответ построен логично, привлекается информативный и иллюстративный материал, но при ответе выпускник допускает некоторые ошибки в теоретической части. Уверенно, профессионально, грамотно, ясно, четко излагает содержание вопроса. Студент знает материал, но при ответе допускает несущественные погрешности. Вопросы, задаваемые преподавателем, не вызывают существенных затруднений.	Средний уровень (Хорошо)
	Студент показывает высокий уровень компетентности, знание материала, раскрывает не только основные понятия, но и анализирует их. Профессионально, грамотно, последовательно, четко излагает материал, аргументированно	Высокий уровень (Отлично)

	формулирует выводы. На вопросы отвечает уверенно, по существу.	
Решение задач по созданию моделей (конспекта-сценария, плана мероприятия, проведения беседы, мероприятия, программы, плана работы и т.д.)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.	Не аттестован (Неудовлетворительно)
	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.	Низкий уровень (Удовлетворительно)
	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.	Средний уровень (Хорошо)
	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.	Высокий уровень (Отлично)

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей. Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Сдача экзамена по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена.

### **Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	ОПК-1	Собеседование, устный опрос Практическая работа Ситуационная задача Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	ОПК-9	Собеседование, устный опрос Практическая работа Ситуационная	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10

		задача Тестовые задания		
	ОПК-11	Собеседование, устный опрос Практическая работа Ситуационная задача Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	ОПК-1	Собеседование, устный опрос Практическая работа Ситуационная задача Тестовые задания Ответ на вопрос экзаменационног о билета	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-2	Собеседование, устный опрос Практическая работа Ситуационная задача Тестовые задания Ответ на вопрос экзаменационног о билета	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-9	Собеседование, устный опрос Практическая работа Ситуационная задача Тестовые задания Ответ на вопрос экзаменационног о билета	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-11	Практические Практическая работа Ситуационная задача Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10

		Ответ на вопрос экзаменационного билета		
	ОПК-14	Практические Практическая работа Ситуационная задача Тестовые задания Ответ на вопрос экзаменационного билета	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

#### Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК-1, ОПК-2, ОПК-9, ОПК-11, ОПК-14	Экзамен.	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

#### Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний	50 и менее 51 – 65 66 –

	Высокий	84 85 – 100
--	---------	-------------------

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОПК-1	- положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;	Теория физической культуры как учебная и научная дисциплина
ОПК-2	- значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неоднородность и динамичность спортивной ориентации»; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов	Особенности становления отечественной системы ФВ и перспективы её совершенствования. Общее представление о научно-прикладных, программно-нормативных основах, государственных и общественных формах организации отечественной системы физического воспитания.
ОПК-11	- тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области	Особенности планирования работы по физическому воспитанию в образовательных учреждениях

	физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры.	
<i>ПК – 14</i>	- принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС	Программно-нормативные основы системы физического воспитания. Перестройка целевых установок по предмету физическая культура

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### **Тестовые задания**

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
-------------------------	-----------------------	------------------



<p>ОПК-1</p>	<p>- организация образовательного процесса в образовательных организациях (дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования);</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. В процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста по возможности надо исключать: <ol style="list-style-type: none"> <li>а. скоростно-силовые упражнения.</li> <li>б. упражнения, связанные с натуживанием (задержка дыхания), и значительные статические напряжения;</li> <li>в. упражнения на выносливость;</li> <li>г. упражнения на частоту движений;</li> </ol> </li> <li>2. В младшем школьном возрасте из методов упражнения преимущество отдается: <ol style="list-style-type: none"> <li>а. расчлененному методу;</li> <li>б. целостному методу;</li> <li>в. сопряженному методу;</li> <li>г. методам стандартного упражнения.</li> </ol> </li> <li>3. В процессе физического воспитания детей старшего школьного возраста в первую очередь следует уделять внимание развитию: <ol style="list-style-type: none"> <li>а. силовых, скоростно-силовых способностей и различных видов выносливости;</li> <li>б. простой и сложной двигательной реакции.</li> <li>в. активной и пассивной гибкости;</li> <li>г. максимальной частоте движений.</li> </ol> </li> <li>4. Наиболее значительные темпы возрастания относительной силы различных мышечных групп наблюдаются в: <ol style="list-style-type: none"> <li>а. дошкольном возрасте, особенно у детей 5 – 6 лет;</li> <li>б. младшем школьном возрасте, особенно у детей от 9 до 11 лет;</li> <li>в. в среднем школьном возрасте (12 – 15 лет);</li> <li>г. в старшем школьном возрасте (16 – 18 лет).</li> </ol> </li> <li>5. Наиболее благоприятным (сенситивным) периодом развития скоростных способностей считается возраст: <ol style="list-style-type: none"> <li>а. от 7 до 11 лет;</li> <li>б. от 14 до 16 лет;</li> <li>в. 17 – 18 лет;</li> <li>г. 19 – 21 года.</li> </ol> </li> <li>6. Для развития общей выносливости у школьников наиболее широко применяются циклические упражнения продолжительностью не менее: <ol style="list-style-type: none"> <li>а. 3 – 5 мин, выполняемые в анаэробном режиме;</li> <li>б. 7 – 12 мин, выполняемые в аэробно-анаэробном режиме;</li> <li>в. 15 – 20 мин, выполняемые в аэробном режиме;</li> <li>г. 45 – 60 мин.</li> </ol> </li> <li>7. Гибкость (амплитуда движений) измеряется: <ol style="list-style-type: none"> <li>а. временем и параметрами удержания определенной позы в растянутом состоянии;</li> <li>б. в угловых градусах или в линейных мерах (в</li> </ol> </li> </ol>
--------------	--	--

		<p>см) с использованием аппаратуры или педагогических тестов;</p> <p>в. показателем разницы между величиной активной и пассивной гибкостью;</p> <p>г. показателем суммы общей и специальной гибкости («запас гибкости»).</p> <p>8. Для развития координационных способностей в физическом воспитании и спорте используется ряд методов. Основным методом при разучивании новых достаточно сложных двигательных действий является:</p> <p>а. стандартно-повторный метод;</p> <p>б. метод переменного-непрерывного упражнения;</p> <p>в. метод круговой тренировки;</p> <p>г. метод наглядного воздействия.</p>
<i>ОПК-9</i>	<p>- подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся.</p>	<p>1. Укажите тест, оценивающий уровень развития силовых способностей:</p> <p>а. наклон;</p> <p>б. бег 30 м</p> <p>в. челночный бег</p> <p>г. подтягивание из виса на высокой перекладине.</p> <p>2. Какой из представленных тестов характеризует уровень развития скоростных способностей:</p> <p>а. бег на месте за 10 с</p> <p>б. челночный бег 3x10 м</p> <p>в. поднятие туловища из положения лежа на спине за 30 с</p> <p>г. прыжок в длину с места</p>
<i>ОПК-11</i>	<p>- самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов;</p> <p>- собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов.</p>	<p>1. Педагогический контроль в физическом воспитании – это:</p> <p>а. система мероприятий, обеспечивающих проверку запланированных показателей физического воспитания для оценки применяемых средств, методов и нагрузок;</p> <p>б. прояснение всех обстоятельств протекания дидактического процесса, точное определение его результатов;</p> <p>в. правильное (по установленным критериям) оценивание знаний, двигательных умений и навыков;</p> <p>г. целенаправленное, одинаковое для всех занимающихся обследование, проводимое в строго контролируемых условиях, позволяющее объективно измерять изучаемые характеристики педагогического процесса.</p> <p>2. Моторная плотность - это:</p> <p>а. время, затраченное на методическую подготовку учащихся умноженное на 100% и разделенное на общее время урока.</p> <p>б. отношение времени, затраченного на</p>

		<p>проведение общеразвивающих упражнений, воспитание физических качеств к общей продолжительности урока;</p> <p>в. отношение суммарных затрат времени на сообщение теоретических сведений, изучение техники физических упражнений к общей продолжительности урока;</p> <p>г. отношение времени, затраченного на упражнения (не считая активного отдыха) к общей продолжительности урока.</p> <p>3. Общая плотность - это:</p> <p>а. отношение педагогически оправданных затрат времени к продолжительности урока в целом;</p> <p>б. время, затраченное на организацию учащихся, постановку учебных задач, подведение итогов, выполнение упражнений на расслабление, умноженное на 100% и разделенное на общее время урока;</p> <p>в. отношение суммарного времени, затраченного на выполнение упражнений, объяснение и показ учителя и вспомогательные действия к общей продолжительности урока.</p> <p>г. отношение времени, затраченного на выполнение занимающимися подготовительных, основных и других упражнений, к общей продолжительности урока.</p>
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК-2	- значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; -особенности начальной спортивной	Самостоятельно изучить и сделать краткий конспект следующих нормативных документов: 1) Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года; 2) Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО).

	ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса;	
ОПК-1	-собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов.	Разработать документы планирования по физическому воспитанию в общеобразовательной школе. Разработка программ соревнований
ОПК-14	-разработки методического обеспечения тренировочного процесса.	Разработка технологической карты процесса обучения. Планирование круговой тренировки

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)
	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя	Низкий (Удовлетворительно)
	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок	Средний (Хорошо)
	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок, в установленные нормативом время	Высокий (Отлично)

### Вопросы для постановки ситуационной задачи

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для ситуационной задачи
ОПК-1	- анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки.	1. Разработать и определить пути решения ситуационных задач на физкультурно-спортивных мероприятиях.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
------------------	-------------------	---------------------

Ситуационная задача	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент выполнил работу не полностью или объем выполненной части работы не позволяет сделать правильные выводы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент выполнил работу не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильные результаты и выводы; в ходе проведения работы были допущены ошибки.
	Средний (Хорошо)	Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, но допустил 2-3 ошибки.
	Высокий (Отлично)	Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий; в ответе правильно и аккуратно выполняет все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления;/или правильно и аккуратно выполнил все задания; правильно выполняет анализ ошибок.

### ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОПК-1 ОПК-2 ОПК-9 ОПК-11 ОПК-14	- положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и	1. Физическая культура – составная часть культуры общества. Функции физической культуры. Типологические разделы физической культуры. 2. Физическое развитие. Внутренние и внешние факторы, влияющие на физическое развитие. Методы оценки физического развития. 3. Физическая подготовка; виды физической подготовки. Физическая подготовленность; методы оценки физической подготовленности. 4. Система физического воспитания и ее основы (мировоззренческие, теоретико-методические, программно-нормативные и организационные). 5. Принципы системы физического воспитания (принципы государственной политики, общие и специфические). 6. Физическое упражнение как основное средство физического воспитания. Классификация. Биомеханические характеристики. Техника физического упражнения: понятие, основа, ведущее (главное) звено, детали техники; педагогическая оценка техники.

	<p>дополнительные формы занятий;</p> <p>- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</p> <p>- организация образовательного процесса в образовательных организациях (дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования);</p> <p>- организация деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;</p> <p>- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p> <p>- значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»;</p> <p>- особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса;</p>	<p>7. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса выполнения физического упражнения. Понятие об объеме и интенсивности нагрузки. Роль и типы интервалов отдыха в процессе выполнения физических упражнений.</p> <p>8. Методы строго регламентированного физического упражнения, их характеристика. Методы обучения двигательным действиям (расчлененно-конструктивного и целостно-конструктивного упражнения, сопряженного воздействия).</p> <p>9. Методы строго регламентированного физического упражнения, направленные на воспитание физических способностей (стандартного и вариативного упражнения, комбинированный метод).</p> <p>10. Круговая тренировка, сущность, содержание, состав средств. Планирование круговой тренировки.</p> <p>11. Методы словесного воздействия, используемые в процессе физического воспитания. Их разновидности и особенности применения.</p> <p>12. Методы наглядного воздействия, используемые в процессе физического воспитания (зрительный, слуховой и двигательной наглядности), особенности применения).</p> <p>13. Формы занятий физическими упражнениями (урочные и неурочные формы), характерные черты и особенности использования в работе с различными контингентами.</p> <p>14. Специфические принципы физического воспитания (специфические и общепедагогические задачи, основные аспекты конкретизации задач).</p> <p>15. Двигательные умения и навыки как результат обучения, закономерности их формирования. Типовая структура процесс обучения двигательным действиям.</p> <p>16. Этап начального разучивания двигательного действия (решаемые задачи обучения, типичные средства и методы).</p> <p>17. Этап углубленного разучивания двигательного действия (решаемые задачи обучения, типичные средства и методы).</p> <p>18. Этап совершенствования двигательного действия (решаемые задачи обучения, типичные средства и методы).</p> <p>19. Направленное воздействие в процессе</p>
--	---	--

	<p>- особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов;</p> <p>- тенденции развития физической культуры и спорта;</p> <p>- направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта;</p> <p>- методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры.</p> <p>- подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся.</p> <p>тенденции развития физической культуры и спорта;</p> <p>- направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта;</p> <p>- методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические</p>	<p>физического воспитания на осанку и гибкость (задачи, средства и особенности методики).</p> <p>20. Средства и методы регулирования мышечной и «пассивной» массы тела.</p> <p>21. Скоростные способности (сущность, показатели, средства и определяющие черты методики воспитания).</p> <p>22. Силовые способности (сущность, показатели, средства и определяющие черты методики воспитания собственно-силовых и скоростно-силовых способностей).</p> <p>23. Выносливость (сущность, показатели, типы, средства и отличительные черты методики воспитания).</p> <p>24. Двигательно-координационные способности (формы их проявления, средства и отличительные черты методики воспитания).</p> <p>25. Формы организации физического воспитания в образовательных учреждениях.</p> <p>26. Значение, задачи, средства и особенности физического воспитания в дошкольном возрасте.</p> <p>27. Задачи, содержание, продолжительность и методика проведения занятия по физической культуре в детском саду.</p> <p>28. Значение, задачи, направленность и формы физического воспитания детей школьного возраста.</p> <p>29. Перестройка целевых установок по предмету физическая культура в школе. Понятие «физическая культура личности». Подходы к оценке успеваемости школьников.</p> <p>30. Виды и содержание альтернативных программ физического воспитания в школьном возрасте (охарактеризовать 6 программ).</p> <p>31. Педагогический контроль в работе по курсу «Физическая культура в школе» (цели, виды, методика проведения).</p> <p>32. Планирование по учебной дисциплине «Физическая культура в школе» (цели, виды, методика составления).</p> <p>33. Урок физической культуры (определение, виды и типы, характеристика составных частей урока).</p> <p>34. Значение, задачи, формы и средства внеклассной работы по физической культуре в школе.</p> <p>35. Организационное обеспечение урока физической культуры (составные части, содержание и методика планирования).</p> <p>36. Технология разработки перспективного планирования в общеобразовательной школе.</p>
--	--	---



	<p>установки) в исследовании физической культуры.</p> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов.</li> <li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту;</li> <li>- систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту;</li> <li>- систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей</li> </ul>	<p>37. Методика хронометрирования деятельности учащихся на уроке физической культуры.</p> <p>38. Методика измерения частоты сердечных сокращений на уроке физической культуры (пульсометрия).</p> <p>39. Методика педагогического анализа (общий, частный и экспресс-анализ).</p> <p>40. Методика составления конспекта урока физической культуры.</p> <p>41. Задачи, содержание и особенности физического воспитания в системе профессионально-технического образования.</p> <p>42. Методика составления программы профессионально-прикладной физической подготовки в ПТУ.</p> <p>43. Содержание программы по учебной дисциплине «Физическая культура» в вузе. Характеристика зачетных требований по физическому воспитанию в различных отделениях вуза.</p> <p>44. Ведущая направленность, тип, контингент и методика проведения занятий физической культурой в «специальном» отделении вуза.</p> <p>45. Ведущая направленность, тип, контингент и методика проведения занятий физической культурой в отделении «спортивного совершенствования» вуза.</p> <p>46. Задачи, сферы и формы использования физической культуры в системе научной организации труда.</p> <p>47. Виды производственной гимнастики. Основания для их применения. Правила подбора упражнений производственной гимнастики.</p> <p>48. Социальное значение, принципы подбора упражнений и дозирования нагрузок, особенности физической культуры людей пожилого и старшего возраста.</p> <p>49. Физическая культура личности: понятие, компоненты физической культуры личности и критерии оценки ее сформированности.</p> <p>50. Оздоровительно-рекреационная физическая культура: принципы, формы и виды.</p>
--	--	---

	<p>деятельность в области физической культуры и спорта;</p> <p>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
--	--	--

**Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
<p>Ответ на вопрос экзаменационного билета</p>	<p>Не аттестован (Не удовлетворительно)</p>	<p>Студент показывает слабый уровень профессиональных знаний, затрудняется при анализе практических ситуаций. Не может привести примеры из реальной практики. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом.</p>
	<p>Низкий (Удовлетворительно)</p>	<p>Студент показывает недостаточные знания лекционного и практического материала, при ответе отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. На поставленные вопросы отвечает неуверенно, допускает ошибки. В ответе не всегда присутствует логика, приводятся недостаточно веские доказательства. На поставленные вопросы затрудняется с ответами, показывает недостаточно глубокие знания.</p>
	<p>Средний (Хорошо)</p>	<p>Студент показывает достаточный уровень компетентности, знание лекционного и практического материала. Ответ построен логично, привлекается информативный и иллюстративный материал, но при ответе выпускник допускает некоторые ошибки в теоретической части. Уверенно, профессионально, грамотно, ясно, четко излагает содержание вопроса. Студент знает материал, но при ответе допускает несущественные погрешности. Вопросы, задаваемые преподавателем, не вызывают существенных затруднений.</p>

	Высокий (Отлично)	Студент показывает высокий уровень компетентности, знание материала, раскрывает не только основные понятия, но и анализирует их. Профессионально, грамотно, последовательно, четко излагает материал, аргументированно формулирует выводы. На вопросы отвечает уверенно, по существу.
--	----------------------	---

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

**ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность

Форма обучения: \_\_\_\_ очная \_\_\_\_

Автор (ы) ФОС: Ислямов Д.Р., старший преподаватель кафедры СЭиГД,

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «б» марта 2019 года  
Протокол № 8

Казань - 2020

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Индикаторы достижения
<p><i>УК-2</i> Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</p>	<p><b>Знания</b> -Конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования</p> <p><b>Умения</b> - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности</b> -использование прав и исполнение обязанностей; выявление и квалификация нарушений трудового законодательства в области образования и спорта</p>
<p><i>ОПК-12</i> Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики</p>	<p><b>Знания</b> -трудовое законодательство Российской Федерации - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - законодательство Российской Федерации в образовании - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - понятия и признаков правовых отношений; -- требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта -- меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования и физической культуры и спорта; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг</p> <p><b>Умения:</b> - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов;</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b> -разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком</p>

	установленным нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника
--	--

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

### Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	УК-2 ОПК-12	Доклад на заданную тему	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
	средний	7 – 8		
			высокий	9 – 10
	УК-2 ОПК-12	Практическая работа	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	УК-2 ОПК-12	Ситуационные задачи	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
	средний	7 – 8		
			высокий	9 – 10
	УК-2 ОПК-12	Практическая работа	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
	УК-2 ОПК-12	Практическая работа	не аттестован	2 и менее
			низкий	3
			средний	4
			высокий	5
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

## Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
		УК-2	Устный ответ на зачете
	– низкий	15 – 32	
	– средний	33 – 42	
	– высокий	43 – 50	
ОПК-12	Устный ответ на зачете	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

## Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
	Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины	Не аттестован
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
	Высокий	43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован	0 – 14
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
	Высокий	43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован	50 и менее
	Низкий	51 – 65
	Средний	66 – 84
	Высокий	85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень

66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Образцы

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
<p><b>УК-2</b> Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</p>	<p><b>Знания</b> -Конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования</p> <p><b>Умения</b> - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности</b> -использование прав и исполнение обязанностей; выявление и квалификация нарушений трудового законодательства в области образования и спорта</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Правовой статус педагога.</li> <li>2. Права и обязанности сторон при заключении договора оказания образовательных услуг..</li> <li>3. Защита прав потребителей при оказании услуг физкультурно-оздоровительного и спортивного характера.</li> <li>4. Правовой статус совместителя осуществляющего педагогическую деятельность.</li> <li>5. Правовой статус лица оплачивающего дополнительные педагогические услуги.</li> <li>6. Разрешение трудовых споров.</li> <li>7. Предупреждение девиантного поведения среди обучающихся.</li> <li>8. Особенности квалификации преступлений в отношении лица наделенного признаками специального субъекта.</li> <li>9. Особенности административной ответственности.</li> </ol>
<p><b>ОПК-12</b> Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической</p>	<p><b>Знания</b> -трудовое законодательство Российской Федерации - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - законодательство Российской Федерации в образовании - нормативные документы в области</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особенности заключения трудового договора.</li> <li>2. Значение конституционных норм в законодательстве РФ об образовании.</li> <li>3. Законы регулирующие спортивно-оздоровительные организации.</li> <li>4. Правовой статус</li> </ol>



<p>культуры и спорта и нормами профессиональной этики</p>	<p>физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- понятия и признаков правовых отношений;</li> <li>-- требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта</li> <li>-- меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся;</li> <li>- нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка;</li> <li>- источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования и физической культуры и спорта;</li> <li>- нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом</li> <li>- анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов;</li> </ul> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленным нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника</li> </ul>	<p>педагогического работника.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Требования предъявляемые к правовым основам охраны труда в дошкольных образовательных, физкультурно- спортивных и физкультурно-оздоровительных учреждений.</li> <li>6. Правовой статус несовершеннолетних.</li> <li>7. Виды юридической ответственности .несовершеннолетних.</li> <li>8. Правовое обеспечение защиты прав потребителя образовательных услуг.</li> <li>9. Основы предупреждения коррупционных рисков.</li> </ol>
---	---	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
------------------	-------------------	---------------------

Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Темы рефератов и презентаций:

1. Содержание федеральной нормативно-правовой системы Российской Федерации.
2. Принцип иерархического строения нормативно-правовой системы. Действие источников права.
3. Понятие, предмет и признаки предпринимательской деятельности.
4. Виды ответственности за нарушение законодательства в сфере осуществления педагогической деятельности.
5. Правовой статус индивидуального предпринимателя. Понятие и признаки юридических лиц.
6. Понятие, признаки, форма сделок. Виды сделок.
7. Роль Закона "Об образовании" в развитии физической культуры и спорта.
8. Правовое регулирование деятельности общественных объединений физкультурно-оздоровительной и спортивной направленности.
9. Понятие "трудовой договор", "спортивный контракт", особенности.
10. Порядок заключения и содержание трудового договора.
11. Правовое оформление взаимоотношений субъекта и объекта спонсорской деятельности.
12. Нормативно-правовое требование к рекламе с участием несовершеннолетних.

13. Спонсорская деятельность и налогообложение частных образовательных структур.
14. Государственное нормативно-правовое регулирование спортивного спонсорства.
15. Нормативно-правовые акты спортивных организаций и спонсорство.
16. Права потребителей физкультурно-спортивных услуг.
17. Государственные и общественные органы защиты прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг.
18. Правила продажи и предоставления физкультурно-спортивных услуг.
19. Уголовно-правовое воздействие на коррупционные проявления.
20. Урегулирование трудовых споров в комиссии по антикоррупционному поведению.
21. Предупреждение коррупционных рисков.
22. Уголовно -правовые признаки дачи, получения, посредничестве во взяточничестве.  
Особенности правовой ответственности за коррупционные преступления.
23. Правовой статус педагога.
24. Права и обязанности сторон при заключении договора оказания образовательных услуг.
25. Права и обязанности руководителя дошкольного образовательного учреждения.
26. Защита прав потребителей при оказании услуг физкультурно-оздоровительного и спортивного характера.
27. Правовой статус совместителя осуществляющего педагогическую деятельность.
28. Правовой статус лица оплачивающего дополнительные педагогические услуги.
29. Разрешение трудовых споров.
30. Предупреждение девиантного поведения среди обучающихся.
31. Особенности квалификации преступлений в отношении лица наделенного признаками специального субъекта.
32. Особенности административной ответственности.

Темы докладов:

1. Современные проблемы организации коммерческой физкультурно-оздоровительной деятельности.
2. Правовой статус педагога, особенности.
3. Правовое воспитание детей и молодежи, как основная задача педагогической деятельности.
4. Права и обязанности при реализации педагогической деятельности, субъектов имеющих физкультурное образование.
5. Предупреждение девиантного поведения несовершеннолетних.

6. Правовое регулирование деятельности общественных объединений физкультурно-оздоровительной и спортивной направленности.
7. Нормативно-правовые акты, регулирующие правовые отношения возникающие при реализации педагогической деятельности.
8. Значение и особенности правового статуса лица осуществляющего педагогическую деятельность.
9. Значение антикоррупционного законодательства для субъектов осуществляющих педагогическую деятельность.
10. Перспективы совершенствования правовых норм регулирующих физкультурно-оздоровительную деятельность.
11. Юридическая ответственность при нарушении этических и моральных норм педагогом.
12. Правовое обеспечение при реализации физкультурно-оздоровительной деятельности.
13. Предупреждение коррупционных рисков при реализации образовательных услуг.

Доклад на заданную тему	Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы. Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины. Не использованы информационные технологии (Power Point). В представленной информации имеются ошибки. Нет ответов на заданные вопросы. Коммуникативные навыки не демонстрируются или их уровень очень низкий.	Не аттестован (Неудовлетворительно)
	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы. Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна. Использован 1-2 профессиональный термин. Используются информационные технологии, но качество презентации низкое: отсутствует наглядность и логика изложения информация, восприятие информации затруднено. В представленной информации имеются ошибки. Ответы на заданные вопросы вызывают затруднение и/или отвечает только на элементарные вопросы. Демонстрирует достаточные для восприятия информации коммуникативные навыки.	Низкий (Удовлетворительно)
	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы.	Средний (Хорошо)

	<p>Не все выводы сделаны и/или обоснованы. Представляемая информация систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов. Использованы информационные технологии (Power Point), удовлетворительное качество презентации: материал изложен ясно и логично, достаточный уровень наглядности для восприятия информации.</p> <p>Ответы на вопросы полные и/или частично полные. Демонстрирует высокий уровень коммуникативных навыков, удерживая внимание аудитории</p>	
	<p>Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы. Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов. Широко использованы информационные технологии (PowerPoint). Качество презентации: высокий уровень наглядности и логика изложения материала способствуют эффективному восприятию информации. Отсутствуют ошибки в представляемой информации. Отвечает на вопросы полно, с приведением примеров и/или пояснений. Демонстрирует высокий уровень коммуникативных навыков, удерживает внимание аудитории и вызывает положительную эмоциональную реакцию слушателей доклада.</p>	<p>Высокий (Отлично)</p>

Для проверки практических образовательных результатов разработаны ситуационные задачи, позволяющие проверить сформированные у обучающихся навыки применять нормы права в сфере физической культуры. Данное задание выполняется устно, работа организуется в малых группах (не более 5 человек), но возможно и индивидуальное выполнение задания. Обучающиеся получают задание, обсуждают его и один из членов группы озвучивает коллективное мнение. Продолжительность выполнения задания 15 минут. За это время каждая группа должна дать решение не менее 2 задач. По окончании выполнения задания преподаватель, делает замечания,

указывает на допущенные ошибки.

Пример ситуационных задач:

Задача № 1.

В средней общеобразовательной МБОУ школе № 42 родителям учеников 8 «д» класса классный руководитель объявил, что они должны оплатить посещение детьми спортивного кружка, организованного в школе. Правомерно ли требование классного руководителя? Ответ обоснуйте.

Задача № 2. Частный спортивный клуб «Олимп» занимался предоставлением физкультурно-спортивных услуг в течение 8 лет. В ходе административной проверки было выявлено, что клуб уже 8 месяцев не возобновляет действие лицензии на осуществление физкультурно-спортивных услуг. Какие последствия влечёт за собой отсутствие лицензии для данного учреждения? Ответ обоснуйте.

Задача № 3. Экспертная комиссия по лицензированию, проводя экспертизу в спортивном лицее № 4, потребовала у администрации лицея предоставления следующих документов: реализуемые образовательные программы, учебные планы, заключения, выданные в установленном порядке органами, осуществляющими государственный санитарно-эпидемиологический надзор, заверенные руководителем копии штатного расписания. Какие из перечисленных документов не подлежат экспертизе в ходе осуществления лицензирования и почему? Ответ обоснуйте.

Задача № 4. В МБОУ № 6 с обучающихся учителя физкультуры стали требовать оплату за прокат лыжного инвентаря, предоставляемый на уроках лыжной подготовки. Родители учеников обратились к директору школы с жалобой на действия учителей. Однако директор посчитал действия учителей физкультуры правомерными и указал на то, что они относятся к предпринимательской деятельности образовательного учреждения, разрешённой законом. Нарушены ли в данном случае права обучающихся? Обоснуйте ответ ссылкой на нормативно-правовой акт.

Задача №5. Судья получил взятку от футбольного клуба «Красный мяч». В результате нечестного судейства команда соперников проиграла со счетом 0:3. О данном факте стало известно в спортивной федерации. Какие правовые последствия возможны для судьи, футбольных команд и футбольных клубов? Обоснуйте ответ.

Задача No 6. Инструктор-методист ДЮСШ № 8, имеет спортивное звание «Мастер спорта РФ», проработала на занимаемой должности 2 года. В процессе посещения курсов повышения квалификации узнала, что за спортивное звание ей положена стимулирующая надбавка к должностному окладу в размере 3000 рублей, которую администрация ДЮСШ ей не выплачивала. Она обратилась к директору ДЮСШ с требованием о выплате полагающейся надбавки с задолженностью за прошедшие 2 года работы. Директор ДЮСШ назначил выплату стимулирующей надбавки с момента подачи заявления Набиуллиной и подтверждающих звание документов. В

возврате задолженности отказал. Нарушены ли в данном случае права Набиуллиной? Обоснуйте ответ

Задача № 7. Учитель физической культуры, в связи с дождливой погодой, изменил тему запланированного урока по разделу «Легкая атлетика» в 9 «А» классе и организовал игру в волейбол. В процессе игры ученица Петрова . сломала руку. Какие правовые последствия возможны для учителя физической культуры? Обоснуйте ответ.

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Ситуационные задачи	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
<p><i>УК-2</i> Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</p>	<p><b>Знания</b> - Конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования</p> <p><b>Умения</b> - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности</b> - использование прав и исполнение обязанностей; выявление и квалификация нарушений трудового законодательства в области образования и спорта</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предмет и сущность права.</li> <li>2. Конституционные основы права.</li> <li>3. Закон "О физической культуре и спорте в РФ" - государственно-правовая база отраслевого управления.</li> <li>4. Роль Закона "Об образовании" в развитии физической культуры и спорта.</li> <li>5. Правовое регулирование деятельности общественных объединений физкультурно-оздоровительной и спортивной направленности.</li> <li>6. Нормативно-правовые акты, регулирующие правовые отношения возникающие при реализации педагогической деятельности..</li> <li>7. Понятие "трудовой договор", "спортивный контракт".</li> <li>8. Порядок заключения и содержание контракта.</li> <li>9. Правовое оформление взаимоотношений субъекта и объекта спонсорской деятельности.</li> <li>10. Нормативно-правовое регулирование педагогической деятельности.</li> </ol>
<p><i>ОПК-12</i> Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики</p>	<p><b>Знания</b> - трудовое законодательство Российской Федерации - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - законодательство Российской Федерации в образовании - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - понятия и признаков правовых отношений; -- требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>11. Спонсорская деятельность и налогообложение.</li> <li>12. Права потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг .</li> <li>13. Соблюдение трудового законодательства в рамках расторжения трудового договора.</li> <li>14. Предупреждение коррупционных рисков.</li> </ol>



	<p>-- меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся;</p> <p>- нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка;</p> <p>- источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования и физической культуры и спорта;</p> <p>- нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг</p> <p><b>Умения:</b></p> <p>- ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом</p> <p>- анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов;</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <p>-разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленным нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Правовое обеспечение при заключении трудового договора.</li> <li>2. Гражданско-правовые отношения сторон.</li> <li>3. Правовое обеспечение при реализации образовательных услуг.</li> <li>4. Правовая регламентация педагогической деятельности.</li> <li>5. Правовое обеспечения законности при реализации образовательных услуг.</li> <li>6. Правовое обеспечение трудового договора.</li> <li>7. Правовое обеспечение охраны труда в области образования, физической культуры и спорта.</li> <li>8. Правовой иммунитет ребенка.</li> <li>9. Уголовная ответственность за нарушение трудовых отношений.</li> <li>10. Виды юридической ответственности.</li> </ol>
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.

	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
Дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

**ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И  
СПОРТЕ**

*наименование дисциплины / практики в соответствии с учебным планом*

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
*(шифр, наименование)*

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность  
*(направленность (профиль) подготовки)*

Форма обучения: очная  
*(очная/заочная)*

Автор (ы) ФОС: Хадиуллина Р.Р., к.п.н., доцент, Колодова И.А., к.э.н., доцент  
*(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)*

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «3» марта 2022 года  
Протокол № 8.

Казань-2022

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p>УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач</p>	<p>Профессиональный стандарт «Инструктор-методист» Профессиональный стандарт «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности системного подхода в научном познании;</li> <li>- основные технологии поиска и сбора информации;</li> <li>- форматы представления информации в компьютере;</li> <li>- правила использования ИКТ и средств связи;</li> <li>- информационно-поисковые системы и базы данных;</li> <li>- технологию осуществления поиска информации;</li> <li>- технологию систематизации полученной информации;</li> <li>- основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами;</li> <li>- виды и формы работы с педагогической, медицинской, социально-психологической и научной литературой.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- работать с информацией, представленной в различной форме;</li> <li>- обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения;</li> <li>- синтезировать информацию, представленную в различных источниках;</li> <li>- использовать контент электронной информационно-образовательной среды;</li> <li>- анализировать информационные ресурсы;</li> <li>- отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок;</li> <li>- обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода.</li> </ul>

		<p><b>Владет навыками:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета;</li> <li>- критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности, в том числе с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.</li> </ul>
--	--	---

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждом из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждом из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

### **Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

<b>Контролируемые разделы</b>	<b>Код контролируемой компетенции</b>	<b>Оценочное средство</b>	<b>Уровни сформированности компетенции</b>	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>				
Ознакомление с возможностями ОС Windows. Работа в стандартных приложениях ОС; отработка навыков создания простейших документов в текстовом редакторе MS Word; облачные	<b>УК-1</b>	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10

технологии				
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b> Обработка навыков работы с числовой информацией с помощью электронных таблиц MS Excel, создание презентации в Power Point, изучение основ защиты информации.  Основные понятия теории вероятностей и математической статистики.  Критерии статистической достоверности.	<b>УК-1</b>	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

### Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
		не аттестован	0 – 14
УК-1	Контрольные задания Тестирование	низкий	15 – 32
		средний	33 – 42
		высокий	43 – 50
		<b>макс: 50 баллов</b>	



	)	0 м ( с )		рук а	ру ка						
4 год а											
Ма льч ики	10 .5 – 8, 8	3, 3– 2, 4	117– 185	2,5– 4,1	2,0– 3,4	60–90	14– 18	3,3–5,1	14–18	3,9– 7,5	3,5 – 7, 1
Дев оч ки	10 .7 – 8, 7	3, 4– 2, 6	97–178	2,4– 3,4	1,8– 2,8	55–93	12– 15	5,2–8,1	12–16	3,1– 6,0	3,2 – 5, 6
5 лет											
Ма льч ики	9, 2– 7, 9	2, 5– 2, 1	187– 270	3,9– 5,7	2,4– 4,2	100– 110	20– 26	7,0– 11,8	18–25	6–9	6 – 8
Дев оч ки	9, 8– 8, 3	2, 7– 2, 2	138– 221	3,0– 4,4	2,5– 3,5	95– 104	20– 35	9,4– 14,2	14–20	6–8	5 – 7

## Практическая работа №2. Работа в текстовом редакторе Microsoft Word.

Скачать три абзаца с интернета

- 1) Форматирование первого абзаца: шрифт Arial, 20 пт, межстрочный интервал 2,0:
  - 1 строка: курсив;
  - 2 строка: подчеркнутый волнистой линией;
  - 3 строка: красным цветом в синей рамочке;
  - 4 строка: заливка зеленым цветом.
- 2) Форматирование второго абзаца: после первого предложения вставка таблицы 3 столбца, 4 строки:
  - 1 строка: текст по вертикали;
  - объединить вторую и третью строки;
  - разделить любую ячейку на три столбца;
  - разделить любую ячейку на три строки;
  - оформить внутренние границы синим цветом пунктиром, а внешние границы двойной рамкой зеленого цвета.
- 3) Форматирование третьего абзаца:



- после первого предложения вставка автофигур, вырезанных из Paint: на красном квадрате, синий круг; в синем круге заливка любого цвета.

4) Формирование структурированного документа:

- вставить шаблон титульного листа (название реферата: Ваша фамилия);
- в каждом абзаце три слова оформить стилем Заголовок 1;
- сформировать оглавление;
- вставить разрывы страниц после каждого абзаца;
- обновить оглавление;
- сделать закладку и гиперссылку на место в документе и веб-страницу;
- оформить нумерацию страниц;
- вставить верхний колонтитул (Дата, Ваше имя);
- последнюю страницу оформить в рамочку;
- сделать цвет страниц серым.

**Практическая работа №3.** Обработка данных средствами электронных таблиц в Microsoft Excel

Задание 1. Оформите данные «Результаты зимней сессии вашей группы» в виде таблицы в *Microsoft Excel*. Найдите средний балл и общий балл для каждого студента.

Группа № _____						
№	ФИО	Информатика	...	История	Средний балл студента	Общий рейтинг
1	Афиногенов А.А.	80		60		
...						
10	Яшин Я.Я.					
	Максимальный балл					
	Минимальный балл					

- постройте гистограмму по данным всех экзаменов сессии (не включая средний балл);
- постройте диаграмму, демонстрирующую средний балл студентов за сессию.

Задание 2. Составьте по данным задачи таблицу. В спортивную секцию по баскетболу «Оранжевый мяч» принимают учащиеся только старше 11 лет. Определите 2 списка учащихся, записанных в секцию, при разных условиях: учащиеся должны быть:

1. старше 11 лет ИЛИ рост выше 165 см;
2. старше 11 лет И рост выше 165 см.

	ФИО	Возраст	Рост	Секция 1	Секция 2
1	Иванов Петр	12	160	принят	нет
...	...	...	...	...	
10					

**Примечание:** Используйте логическую функцию ЕСЛИ, а для задания логического условия – функции ИЛИ, И.

Задание 3. Оформите в виде таблицы *Microsoft Excel* следующие данные: «**Результаты спортивных соревнований**». Определите победителя, если итоговый балл - складывается из каждой выборки оценок всех судей, кроме самого маленького и самого большого в этом ряду значения. Постройте диаграмму (фамилия, итоговая оценка).

РЕЗУЛЬТАТЫ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ								
	ФИО спортсмена	Судья 1	Судья 2	Судья 3	Судья 4	Судья 5	Итог	Победитель
1								1 место
...								
10								

Итог = СУММ(С3:G3) - МИН(С3:G3) - МАКС(С3:G3)

Победитель = ЕСЛИ (МАКС(\$G\$3:\$G\$13)=G3 ; "1 место" ; 0 ).

**Практическая работа №4.** Работа с базами данных. Создание таблиц и форм в СУБД Microsoft Access

Задание №1. Создать базу данных из двух таблиц. Заполнить таблицы данными. Используя фильтры найти перечень данных по определенной дате. Организовать запросы к базе данных используя критерии отбора для текстовых и числовых данных.

**Практическая работа №5.** Облачные технологии: их использование в сфере физической культуры. Использование Google Диск.

Задание №1. Разработать, используя формы Google Диск, карточку регистрации для спортсменов. Предусмотреть при регистрации возможности подачи автомобиля для поездок по городу, а также поля для обязательного заполнения (например, Фамилия, Имя, вид спорта и т.д.). Обработать данные

зарегистрировавшихся с целью закрепления задачи обработки результатов исследований и изучения возможностей работы с информацией в глобальных компьютерных сетях.

Анализ возможностей форм Google Диск для организации взаимодействия лиц, вовлеченных в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальных потребителей физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг.

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

<b>Форма оценивания</b>	<b>Уровни оценивания</b>	<b>Критерии оценивания</b>
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### **ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ И ПРЕЗЕНТАЦИЙ**

1. Роль информационных технологий в современном обществе. Основные черты информационного общества.
2. Информация и данные. Основные подходы к измерению информации.
3. Информационные революции в истории цивилизации.
4. Понятие об информационном обществе, его характерные черты и тенденции.
5. Роль информатизации в развитии общества.
6. Понятие об информационной культуре.

7. Понятие об информационных ресурсах.
8. Особенности ОС Windows
9. Программные средства и технологии обработки текстовой информации (текстовый редактор, текстовый процессор, редакционно-издательские системы).
10. История развития информатики.
11. Кибернетика - наука об управлении.
12. Информатика и управление социальными процессами.
13. Информационные системы.
14. Компьютерные технологии подготовки текстовых документов в среде Microsoft Word. Этапы работы с документом. Состав документа. Окна документов. Режимы работы Word. Системное меню редактора. Область задач и работа с ней.
15. Автоматизированные системы управления.
16. Автоматизированные системы научных исследований.
17. Построение интеллектуальных систем.
18. Компьютерная революция: социальные перспективы и последствия.
19. Информационные технологии в деятельности современного специалиста.
20. Анализ медико-биологических данных спортсменов с помощью пакета MS Excel.
21. Программные средства и технологии обработки числовой информации (электронные калькуляторы и электронные таблицы).
22. Сервисное программное обеспечение. Дисковые утилиты, архиваторы, файловые менеджеры.
23. Прикладное программное обеспечение. Интегрированные пакеты программ.
24. Использование компьютерных технологий в деятельности спортсмена-баскетболиста
25. Использование средств Microsoft Excel для расчетов показателей, входящих в соматическую шкалу уровня здоровья по Апанасенко Г.Л.
26. Использование информационных технологий в системе высшего физкультурного образования.
27. Обработка результатов первичного исследования условий двигательной активности спортсменов средствами MS Excel.
28. Информационные технологии в спорте.
29. Использование сетевых технологий в спортивной деятельности.
30. Использование Google форм в спортивной деятельности.
31. Использование Google форм для организации соревновательной деятельности.
32. Работа с базами данных результатов соревнований.
33. Использование базы данных для обработки результатов соревновательной деятельности.

## Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат, презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практическая работа не выполнена или выполнена с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практическая работа выполнена с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практическая работа выполнена правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практическая работа выполнена правильно, без ошибок.

### 3. Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации

#### *Примеры тестовых заданий по различным разделам дисциплины*

##### Раздел 1.

1. Microsoft Word – это
  - текстовый редактор
  - текстовый файл
  - табличный редактор
  - записная книжка
2. Для того чтобы в Word удалить пустую строку, надо нажать клавишу
  - Delete
  - Пробел
  - Enter
  - Insert

3. Выберите верный алгоритм перемещения фрагмента текста в текстовом редакторе
  - установить курсор, выделить фрагмент, Вырезать, Вставить
4. Основные параметры страницы:
  - поля, ориентация
  - стиль, шаблон
  - отступ, интервал
  - гарнитура, размер, начертание
5. Выберите верный алгоритм копирования фрагмента текста
  - установить курсор, выделить фрагмент, Копировать, Вставить
6. Чтобы подготовить абзац к изменению параметров необходимо
  - установить курсор в любое место абзаца
  - выделить абзац
  - установить курсор строго на первую строку абзаца
  - выделить первое слово абзаца
7. Какие списки есть в редакторе MS Word
  - многоколоночных
  - многоуровневых
  - нумерованных
  - маркированных
8. В каком пункте меню текстового редактора можно настроить параметры проверки правописания
  - Рецензирование
9. Когда можно поменять свойства шрифта?
  - в любое время
  - после окончательного редактирования
  - в начале редактирования
  - только перед распечаткой документа
10. Что можно поместить в буфер обмена?
  - любой объект из документа
  - текст
  - текст и картинку
  - текст и графику
11. Верно ли, что в документ MS Word можно вставить диаграмму, таблицу Excell, рисунок Paint, любой объект, который может редактироваться каким-либо приложением, установленным в операционной системе?
  - Да-Нет
12. Что из перечисленного относится к свойствам абзаца?
  - интервал
  - запрет висячих строк
  - междустрочный интервал
  - выравнивание

- цвет
- размер
- масштаб




13. В Paint есть разные формы...

- кисти
- ластика
- карандаша
- распылителя




14. Фрагмент в графическом редакторе Paint - это...

- прямоугольная часть рисунка любого размера
- произвольная часть рисунка
- файл с рисунком

15. Назовите кнопки текстового редактора MS Word

-  внешние границы таблицы
-  Колонки распределение текста в колонки
-  задать цвет текста
- задать цвет ячеек в таблице
- вставить картинку из файла

16. Назовите инструменты форматирования абзаца в текстовом редакторе MS Word

-  выравнивание по левому краю
-  выравнивание по центру
-  выравнивание по ширине
- выравнивание по правому краю

17. .... редактор Paint является ..... (вставьте пропущенные слова)

- Графический, растровым

## Раздел 2.

1. Программа Excel используется для...

- создания текстовых документов
- создания электронных таблиц
- создание графических изображений
- все варианты верны

2. С какого символа начинается формула в Excel?

- =

3. На основе чего строится любая диаграмма?

- книги Excel
- графического файла
- текстового файла

- данных таблицы
4. Что делает Excel, если в составленной формуле содержится ошибка?
- возвращает 0 как значение ячейки
  - выводит сообщение о типе ошибки как значение ячейки
  - исправляет ошибку в формуле
  - удаляет формулу с ошибкой
5. Упорядочивание значений диапазона ячеек в определенной последовательности называют...
- форматирование
  - фильтрация
  - группировка
  - сортировка
6. При сортировке по убыванию столбца MS Excel, содержащего фамилии, фамилия "Петров" окажется расположенной...
- выше фамилии "Петряев"
  - между фамилиями "Петряев" и "Петрунин"
  - ниже фамилии "Петраков"
  - между фамилиями "Петрунин" и "Петряев"
7. «Легенда» диаграммы MS Excel – это ...
- условные обозначения рядов или категорий данных
  - порядок построения диаграммы (список действий)
  - руководство для построения диаграмм
  - таблица для построения диаграммы
8. При копировании числа из MS Excel в MS Word сохраняется...
- только формат числа
  - только знак числа
  - только значение числа
  - формат и значение числа

### **Раздел 3.**

- 1. Широко распространенный вид облачных технологий:**
- Онлайн-приложения
  - База
  - Облачные ресурсы
  - Автономные программы



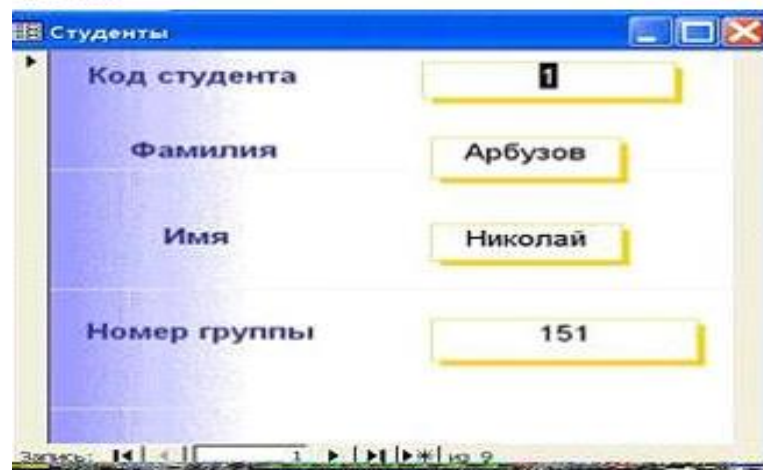
**2. Одно из достоинств у облачных услуг?**

- Легкая масштабируемость
- Высокая требовательность к данным
- Высокий уровень информационной безопасности
- Простота в обращении

**3. Условия для доступа к облачному сервису:**

- Специализированное ПО и антивирусное ПО
- Наличие компьютера и интернет
- Наличие компьютера
- Антивирусное ПО

**4. Созданный пользователем графический интерфейс для ввода и корректировки данных таблицы базы данных – это..**



- запись
- таблица
- форма
- поле

**5. Языком запроса к реляционным базам данных является...**

- SSH
- Pascal
- C#
- SQL

**6. Фильтрация записей в базе данных – это ...**

- изменение отображаемого порядка следования записей
- отображение в таблице только тех записей, которые соответствуют

определенным условиям

создание формы для отображения записей, соответствующих определенным условиям

создание новой таблицы, которая содержит только записи, удовлетворяющий заданным условиям.

**7. «База данных» – это ...**

специальным образом организованная и хранящаяся на внешнем носителе совокупность взаимосвязанных данных о некотором объекте

программа для хранения и обработки больших массивов информации

интерфейс, поддерживающий наполнение и манипулирование данными

двумерный массив данных

**8. Аналогом элемента реляционной базы данных является ...**

двумерная таблица

вектор

папка

файл

**9. Структура таблицы реляционной базы данных полностью определяется ...**

перечнем названий полей с указанием значений их свойств и типов содержащихся в них данных

перечнем названий полей и указанием числа записей базы данных

числом записей в базы данных

диапазоном записей базы данных

**10. Ключ в базе данных – это ...**

поле, которое однозначно определяет соответствующую запись

простейший объект базы данных для хранения значений одного параметра реального объекта или процесса

процесс группировки данных по определенным параметрам

совокупность логически связанных полей, характеризующих типичные свойства реального объекта

**11. СУБД это ...**

Система управления базами данных

Система удаления заблокированных данных

- Свойства удаленной базы данных
- Система управления большими данными

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

<b>Форма оценивания</b>	<b>Уровни оценивания</b>	<b>Критерии оценивания</b>
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

При промежуточной аттестации **на зачете** оценки из 100-балльной системы переводятся в традиционную согласно таблице перевода.

<b>Рейтинговая оценка</b>	<b>Традиционная оценка</b>
50 и менее	Не зачтено
51 – 100	Зачтено

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
Научно-методическая деятельность

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Кафедра спортивного менеджмента, рекреации и спортивно-  
оздоровительного туризма  
(наименование)

**Фонд оценочных средств**

Научно-методическая деятельность  
(наименование дисциплины / практики в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
(шифр, наименование)

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность  
(направленность (профиль) подготовки)

Форма обучения: очная  
(очная/заочная)

Автор (ы) ФОС: к.п.н., доцент Усманова Евгения Николаевна  
(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «2» марта 2022 года  
Протокол № 8.

Казань-2023

**1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ  
ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ  
АТТЕСТАЦИИ**

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-1	<p align="center"><i>ПС «Инструктор-методист» Е/04.6</i></p> <p align="center"><i>ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» D/01.6</i></p> <p align="center"><i>ПС «Тренер» С/01.6</i></p>	<p><u>Знает:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности системного подхода в научном познании;</li> <li>- основные технологии поиска и сбора информации;</li> <li>- технологию осуществления поиска информации;</li> <li>- технологию систематизации полученной информации;</li> <li>- виды и формы работы с педагогической и научной литературой;</li> <li>- требования к оформлению библиографии (списка литературы).</li> </ul> <p><u>Умеет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- работать с информацией, представленной в различной форме;</li> <li>- синтезировать информацию, представленную в различных источниках;</li> <li>- использовать контент электронной информационно-образовательной среды;</li> </ul> <p><u>Имеет опыт:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование);</li> </ul>
ОПК-11	<p align="center"><i>ПС «Инструктор-методист» Е/04.6.</i></p> <p align="center"><i>ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» А/04.6 D/05.6 D/01.6</i></p> <p align="center"><i>ПС «Тренер»</i></p>	<p><u>Знает:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроле, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- направления научных исследований в области ФКиС;</li> <li>- методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования;</li> <li>- основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- научную терминологию,</li> </ul>

	<p style="text-align: center;"><i>C/01.6</i></p>	<p>принципы, средства и методы научного исследования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретические основы и технология организации научно-исследовательской и проектной деятельности;</li> <li>- назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте;</li> <li>- алгоритм построения педагогического эксперимента;</li> <li>- способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных;</li> <li>- требования к написанию и оформлению квалификационной работы;</li> <li>- способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования;</li> <li>- правила применения корректных заимствований в текстах;</li> <li>- правила библиографического описания и библиографической ссылки</li> </ul> <p><u>Умеет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять задачи научного исследования в ИВС;</li> <li>- подбирать и использовать методы исследования в ИВС;</li> <li>- анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВС;</li> <li>- интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС.</li> <li>- использовать научную терминологию;</li> <li>- классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования;</li> <li>- актуализировать проблематику научного исследования;</li> <li>- анализировать и оценивать</li> <li>- определять задачи научного исследования;</li> <li>- анализировать инновационные методики;</li> <li>- разрабатывать и формулировать гипотезу;</li> </ul> <p>подбирать методы исследования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методы наблюдения, опроса,</li> </ul>
--	--	---

		<p>педагогического эксперимента;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать и интерпретировать полученные результаты;</li> <li>- формулировать и аргументировать обобщения и выводы;</li> <li>- составлять и оформлять список литературы;</li> <li>- представлять результаты собственных исследований перед аудиторией;</li> <li>- формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ;</li> <li>- использовать технические и программные средства публичных выступлений.</li> </ul> <p><u>Имеет опыт:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования исследовательских материалов при осуществлении</li> <li>- выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы;</li> </ul> <p>публичной защиты результатов собственных научных исследований.</p>
--	--	--

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе  
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	УК-1 ОПК-11	Практическая работа	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10

<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	УК-1 ОПК-11	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	УК-1 ОПК-11	Доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
УК-1 ОПК-11	Ответы (устные или письменные) на вопросы	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован	0 – 14
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
	Высокий	43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован	0 – 14
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
	Высокий	43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован	50 и менее
	Низкий	51 – 65



	Средний	66 – 84
	Высокий	85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Практическая работа

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый Индикатор	Описание
УК-1, ОПК-11	<p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- синтезировать информацию, представленную в различных источниках;</li> <li>- обосновывать решение задач спортивной подготовки с позиций системного подхода;</li> <li>- самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- определять задачи научного исследования;</li> <li>- разрабатывать и формулировать гипотезу;</li> <li>- подбирать методы исследования;</li> <li>- использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента;</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составить аннотацию научной статьи из научного журнала.</li> <li>2. Сформулировать в собственном научном стиле актуальность темы научного исследования на заданную тему.</li> <li>3. Разработать научный аппарат.</li> <li>4. Осуществить подбор источников научно-методической литературы посредством ЭБС: Лань, Юрайт.</li> <li>5. Составить, исходя из выбранной тематики исследования следующие виды картатек: <ul style="list-style-type: none"> <li>- ведущих специалистов;</li> <li>- библиографических источников</li> <li>- ведущих точек зрения (аспектов);</li> <li>- полученных ранее результатов исследований;</li> <li>- понятий и терминов;</li> <li>- законодательных актов.</li> </ul> </li> <li>6. Подготовить конспекты лекционных занятий.</li> <li>7. Подготовить типовую презентацию плана научного исследования (титульный, актуальность, объект, предмет, гипотеза, цель, задачи, этапы исследования, предполагаемые методы, методологическая основа, оглавление, организация исследования, список</li> </ol>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формулировать и аргументировать обобщения и выводы;</li> <li>- составлять и оформлять список литературы;</li> <li>- проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик;</li> <li>- представлять результаты собственных исследований перед аудиторией;</li> <li>- использовать технические и программные средства публичных выступлений.</li> </ul>	литературы).
--	---	--------------

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практическая работа	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Доклад на заданную тему

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Описание тематики докладов
<p>УК-1 ОПК-11</p>	<p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- синтезировать информацию, представленную в различных источниках;</li> <li>- обосновывать решение задач спортивной подготовки с позиций системного подхода;</li> <li>- самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Образовательная роль физической культуры в физическом воспитании разных возрастных групп.</li> <li>2. Физическая культура как социальное явление гармоничного физического развития индивида.</li> <li>3. Социальная функция физической культуры в жизнедеятельности индивида.</li> <li>4. Формирование эстетических качеств в процессе физического воспитания.</li> <li>5. Роль специфических функций физической культуры в обществе.</li> <li>6. Дифференцированный подход в физическом воспитании школьников, студентов средних профессиональных организаций.</li> <li>7. Личностно-ориентированный подход в физическом воспитании школьников, студентов средних профессиональных организаций.</li> <li>8. Состояние программно-нормативных основ современной отечественной системы физического воспитания.</li> <li>9. Методы строго регламентированного упражнения и практика их применения физической подготовке.</li> <li>10. Физическая подготовка обучающихся средствами подвижных игр.</li> <li>11. Игровой метод в формировании качеств личности.</li> <li>12. Роль соревновательного метода в физическом воспитании.</li> <li>13. Актуальные направления применения метода круговой тренировки на уроках физической культуры.</li> <li>14. Методические подходы дозирования физической нагрузки при выполнении физических упражнений (на примере избранных видов упражнений).</li> <li>15. Оздоровляющие свойства природной среды и гигиенические факторы в решении задач физического воспитания.</li> <li>16. Роль принципов общепедагогической направленности в физическом воспитании.</li> <li>17. Роль принципов общеметодической направленности в физическом воспитании.</li> <li>18. Роль принципов специфической направленности в физическом воспитании.</li> <li>19. Анализ существующих подходов в обучении двигательному действию (на примере избранного вида спорта).</li> </ol>

		<p>20. Анализ методических подходов обучения двигательному действию на этапе начального разучивания.</p> <p>21. Анализ методических подходов обучения двигательному действию на этапе углубленного разучивания.</p> <p>22. Анализ методических подходов обучения двигательному действию на этапе результирующей отработки двигательного действия.</p> <p>23. Теоретические основы оптимизации ориентировочной основы двигательного действия при обучении двигательному действию.</p> <p>24. Методические подходы и приёмы предупреждения и устранения ошибок при обучении двигательному действию.</p> <p>25. Основы современной методики воспитания (развития) двигательного-координационных способностей.</p>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Доклад (реферат)	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК-1, ОПК-11	<i>Знает:</i> - основные технологии поиска и сбора информации;	<p>1. Базовые понятия темы: наука, метод, методология.</p> <p>2. Наука как сфера человеческой деятельности. Наука как фактор прогрессивных преобразований. Классификация наук.</p> <p>3. Цель науки в физической культуре и</p>

	<p>- особенности системного подхода в научном познании;</p> <p>- технологию систематизации полученной информации;</p> <p>- виды и формы работы с педагогической и научной литературой;</p> <p>- требования к оформлению библиографии (списка литературы).</p> <p><i>Умеет:</i></p> <p>- синтезировать информацию, представленную в различных источниках;</p> <p>- обосновывать решение задач спортивной подготовки с позиций системного подхода.</p> <p><i>Владеет:</i></p> <p>- поиска ресурсов в информационно-коммуникационной сети «Интернет»;</p> <p>- критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>спорте.</p> <p>4. Объект, предмет, цель и задачи курса.</p> <p>5. Научное знание, научное исследование.</p> <p>6. Методика, методическая деятельность.</p> <p>7. Основная проблематика и организационная структура научно-исследовательской работы.</p> <p>8. Паспорт научной специальности 5.8.4 – Физическая культура и профессиональная физическая подготовка, цели и задачи в современном обществе.</p> <p>9. Организационная структура науки в РФ.</p> <p>10. Научная организация и гигиена умственного труда, рациональный режим, нравственная ответственность.</p> <p>11. Требования к уровню подготовки выпускников по направлению подготовки физическая культура.</p> <p>12. Проблема, тема, актуальность, цель, задачи, объект, предмет, гипотеза, защищаемые положения, новизна.</p> <p>13. Переход от эмпирического описания действительности к ее отображению в теоретической и нормативной формах.</p> <p>14. Основная проблематика НМД.</p> <p>15. Критерии правильности выбора темы работы.</p> <p>16. Этапы НИР.</p> <p>17. Сбор и анализ информации по теме исследования.</p> <p>18. Подбор исследуемых.</p> <p>19. Выбор методов и организация исследования.</p> <p>20. Планирование дальнейших исследований.</p>
--	--	---

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
Научно-методическая деятельность

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Кафедра спортивного менеджмента, рекреации и спортивно-  
оздоровительного туризма  
(наименование)

**Фонд оценочных средств**

Научно-методическая деятельность  
(наименование дисциплины / практики в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
(шифр, наименование)

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность  
(направленность (профиль) подготовки)

Форма обучения: очная  
(очная/заочная)

Автор (ы) ФОС: к.п.н., доцент Усманова Евгения Николаевна  
(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «7» марта 2019 года  
Протокол № 9.

Казань-2020

**1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ  
ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ  
АТТЕСТАЦИИ**

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-1	<p align="center"><i>ПС «Инструктор-методист» Е/04.6</i></p> <p align="center"><i>ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» D/01.6</i></p> <p align="center"><i>ПС «Тренер» С/01.6</i></p>	<p><u>Знает:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности системного подхода в научном познании;</li> <li>- основные технологии поиска и сбора информации;</li> <li>- технологию осуществления поиска информации;</li> <li>- технологию систематизации полученной информации;</li> <li>- виды и формы работы с педагогической и научной литературой;</li> <li>- требования к оформлению библиографии (списка литературы).</li> </ul> <p><u>Умеет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- работать с информацией, представленной в различной форме;</li> <li>- синтезировать информацию, представленную в различных источниках;</li> <li>- использовать контент электронной информационно-образовательной среды;</li> </ul> <p><u>Имеет опыт:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование);</li> </ul>
ОПК-11	<p align="center"><i>ПС «Инструктор-методист» Е/04.6.</i></p> <p align="center"><i>ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» А/04.6 D/05.6 D/01.6</i></p> <p align="center"><i>ПС «Тренер»</i></p>	<p><u>Знает:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроле, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- направления научных исследований в области ФКиС;</li> <li>- методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования;</li> <li>- основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- научную терминологию,</li> </ul>



	<p style="text-align: center;"><i>C/01.6</i></p>	<p>принципы, средства и методы научного исследования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретические основы и технология организации научно-исследовательской и проектной деятельности;</li> <li>- назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте;</li> <li>- алгоритм построения педагогического эксперимента;</li> <li>- способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных;</li> <li>- требования к написанию и оформлению квалификационной работы;</li> <li>- способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования;</li> <li>- правила применения корректных заимствований в текстах;</li> <li>- правила библиографического описания и библиографической ссылки</li> </ul> <p><u>Умеет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять задачи научного исследования в ИВС;</li> <li>- подбирать и использовать методы исследования в ИВС;</li> <li>- анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВС;</li> <li>- интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС.</li> <li>- использовать научную терминологию;</li> <li>- классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования;</li> <li>- актуализировать проблематику научного исследования;</li> <li>- анализировать и оценивать</li> <li>- определять задачи научного исследования;</li> <li>- анализировать инновационные методики;</li> <li>- разрабатывать и формулировать гипотезу;</li> </ul> <p>подбирать методы исследования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методы наблюдения, опроса,</li> </ul>
--	--	---

		<p>педагогического эксперимента;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать и интерпретировать полученные результаты;</li> <li>- формулировать и аргументировать обобщения и выводы;</li> <li>- составлять и оформлять список литературы;</li> <li>- представлять результаты собственных исследований перед аудиторией;</li> <li>- формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ;</li> <li>- использовать технические и программные средства публичных выступлений.</li> </ul> <p><u>Имеет опыт:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования исследовательских материалов при осуществлении</li> <li>- выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы;</li> </ul> <p>публичной защиты результатов собственных научных исследований.</p>
--	--	--

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе  
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	УК-1 ОПК-11	Практическая работа	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10

<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	УК-1 ОПК-11	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	УК-1 ОПК-11	Доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
УК-1 ОПК-11	Ответы (устные или письменные) на вопросы	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован	0 – 14
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
	Высокий	43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован	0 – 14
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
	Высокий	43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован	50 и менее
	Низкий	51 – 65

	Средний	66 – 84
	Высокий	85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Практическая работа

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый Индикатор	Описание
УК-1, ОПК-11	<p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- синтезировать информацию, представленную в различных источниках;</li> <li>- обосновывать решение задач спортивной подготовки с позиций системного подхода;</li> <li>- самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- определять задачи научного исследования;</li> <li>- разрабатывать и формулировать гипотезу;</li> <li>- подбирать методы исследования;</li> <li>- использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента;</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составить аннотацию научной статьи из научного журнала.</li> <li>2. Сформулировать в собственном научном стиле актуальность темы научного исследования на заданную тему.</li> <li>3. Разработать научный аппарат.</li> <li>4. Осуществить подбор источников научно-методической литературы посредством ЭБС: Лань, Юрайт.</li> <li>5. Составить, исходя из выбранной тематики исследования следующие виды картатек: <ul style="list-style-type: none"> <li>- ведущих специалистов;</li> <li>- библиографических источников</li> <li>- ведущих точек зрения (аспектов);</li> <li>- полученных ранее результатов исследований;</li> <li>- понятий и терминов;</li> <li>- законодательных актов.</li> </ul> </li> <li>6. Подготовить конспекты лекционных занятий.</li> <li>7. Подготовить типовую презентацию плана научного исследования (титульный, актуальность, объект, предмет, гипотеза, цель, задачи, этапы исследования, предполагаемые методы, методологическая основа, оглавление, организация исследования, список</li> </ol>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формулировать и аргументировать обобщения и выводы;</li> <li>- составлять и оформлять список литературы;</li> <li>- проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик;</li> <li>- представлять результаты собственных исследований перед аудиторией;</li> <li>- использовать технические и программные средства публичных выступлений.</li> </ul>	литературы).
--	---	--------------

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практическая работа	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Доклад на заданную тему

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Описание тематики докладов
<p>УК-1 ОПК-11</p>	<p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- синтезировать информацию, представленную в различных источниках;</li> <li>- обосновывать решение задач спортивной подготовки с позиций системного подхода;</li> <li>- самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов.</li> </ul>	<p>26. Образовательная роль физической культуры в физическом воспитании разных возрастных групп.</p> <p>27. Физическая культура как социальное явление гармоничного физического развития индивида.</p> <p>28. Социальная функция физической культуры в жизнедеятельности индивида.</p> <p>29. Формирование эстетических качеств в процессе физического воспитания.</p> <p>30. Роль специфических функций физической культуры в обществе.</p> <p>31. Дифференцированный подход в физическом воспитании школьников, студентов средних профессиональных организаций.</p> <p>32. Личностно-ориентированный подход в физическом воспитании школьников, студентов средних профессиональных организаций.</p> <p>33. Состояние программно-нормативных основ современной отечественной системы физического воспитания.</p> <p>34. Методы строго регламентированного упражнения и практика их применения физической подготовке.</p> <p>35. Физическая подготовка обучающихся средствами подвижных игр.</p> <p>36. Игровой метод в формировании качеств личности.</p> <p>37. Роль соревновательного метода в физическом воспитании.</p> <p>38. Актуальные направления применения метода круговой тренировки на уроках физической культуры.</p> <p>39. Методические подходы дозирования физической нагрузки при выполнении физических упражнений (на примере избранных видов упражнений).</p> <p>40. Оздоровляющие свойства природной среды и гигиенические факторы в решении задач физического воспитания.</p> <p>41. Роль принципов общепедагогической направленности в физическом воспитании.</p> <p>42. Роль принципов общеметодической направленности в физическом воспитании.</p> <p>43. Роль принципов специфической направленности в физическом воспитании.</p> <p>44. Анализ существующих подходов в обучении двигательному действию (на примере избранного вида спорта).</p>

		<p>45. Анализ методических подходов обучения двигательному действию на этапе начального разучивания.</p> <p>46. Анализ методических подходов обучения двигательному действию на этапе углубленного разучивания.</p> <p>47. Анализ методических подходов обучения двигательному действию на этапе результирующей отработки двигательного действия.</p> <p>48. Теоретические основы оптимизации ориентировочной основы двигательного действия при обучении двигательному действию.</p> <p>49. Методические подходы и приёмы предупреждения и устранения ошибок при обучении двигательному действию.</p> <p>50. Основы современной методики воспитания (развития) двигательного-координационных способностей.</p>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Доклад (реферат)	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК-1, ОПК-11	<i>Знает:</i> - основные технологии поиска и сбора информации;	<p>21. Базовые понятия темы: наука, метод, методология.</p> <p>22. Наука как сфера человеческой деятельности. Наука как фактор прогрессивных преобразований. Классификация наук.</p> <p>23. Цель науки в физической культуре и</p>

	<p>- особенности системного подхода в научном познании;</p> <p>- технологию систематизации полученной информации;</p> <p>- виды и формы работы с педагогической и научной литературой;</p> <p>- требования к оформлению библиографии (списка литературы).</p> <p><i>Умеет:</i></p> <p>- синтезировать информацию, представленную в различных источниках;</p> <p>- обосновывать решение задач спортивной подготовки с позиций системного подхода.</p> <p><i>Владеет:</i></p> <p>- поиска ресурсов в информационно-коммуникационной сети «Интернет»;</p> <p>- критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>спорте.</p> <p>24. Объект, предмет, цель и задачи курса.</p> <p>25. Научное знание, научное исследование.</p> <p>26. Методика, методическая деятельность.</p> <p>27. Основная проблематика и организационная структура научно-исследовательской работы.</p> <p>28. Паспорт научной специальности 5.8.4 – Физическая культура и профессиональная физическая подготовка, цели и задачи в современном обществе.</p> <p>29. Организационная структура науки в РФ.</p> <p>30. Научная организация и гигиена умственного труда, рациональный режим, нравственная ответственность.</p> <p>31. Требования к уровню подготовки выпускников по направлению подготовки физическая культура.</p> <p>32. Проблема, тема, актуальность, цель, задачи, объект, предмет, гипотеза, защищаемые положения, новизна.</p> <p>33. Переход от эмпирического описания действительности к ее отображению в теоретической и нормативной формах.</p> <p>34. Основная проблематика НМД.</p> <p>35. Критерии правильности выбора темы работы.</p> <p>36. Этапы НИР.</p> <p>37. Сбор и анализ информации по теме исследования.</p> <p>38. Подбор исследуемых.</p> <p>39. Выбор методов и организация исследования.</p> <p>40. Планирование дальнейших исследований.</p>
--	--	---



Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**  
СПОРТИВНЫЕ СООРУЖЕНИЯ

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность

Форма обучения: очная

Автор (ы) ФОС: Артемьев Р.В., преподаватель

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «7» марта 2019 года  
Протокол № 10.

Казань-2020

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p>ОПК-15 – Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.</p>	<p>ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p> <p>ПС 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»</p>	<p>ОПК-15.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Требования к экипировке, спортивному инвентарю и технологическому оборудованию для проведения массовых физкультурных и спортивных мероприятий;</li> <li>- Способы проверки качественных характеристик спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта;</li> <li>- Правила поведения в месте организации занятий, мероприятий по физической подготовке, физическому развитию;</li> <li>- Правила эксплуатации и оптимальные режимы использования спортивного оборудования и инвентаря;</li> <li>- Правила эксплуатации звукового, звукоусиливающего и осветительного оборудования;</li> <li>- Правила использования спортивного оборудования и инвентаря.</li> </ul> <p>ОПК-15.2 Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Оценивать исправность и комплектность спортивного и технологического оборудования до начала и по окончании мероприятия по физической культуре и массовому спорту;</li> <li>- Определять готовность спортивного сооружения (площадки) или объекта спорта к проведению мероприятий;</li> <li>- Использовать электронное, цифровое и коммуникационное оборудование;</li> </ul>

		<p>- Разъяснить и демонстрировать техники безопасного использования спортивного оборудования и инвентаря, принципы выбора оптимального режима использования спортивного оборудования и инвентаря;</p> <p>- Осуществлять наблюдение за безопасным использованием занимающимися спортивного оборудования и инвентаря;</p> <p>- Демонстрировать рациональные и безопасные техники использования спортивного оборудования и инвентаря;</p> <p>- Пользоваться демонстрационным, звуковым, звукоусиливающим и осветительным оборудованием.</p> <p>ОПК-15.3 Имеет опыт:</p> <p>- проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по ИВС с использованием инвентаря и оборудования;</p> <p>- составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам поведения на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря</p>
--	--	--

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	ОПК - 15	Практические работы, тестовые задания	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	ОПК - 15	Практические работы, тестовые задания	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК - 15	Зачет	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
		<b>макс: 50 баллов</b>	

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам**

## текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
	Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОПК - 15	Умеет: разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных	1. Основы проектирования спортивных сооружений. 2. Типы проектов спортивных сооружений. 3. Роль проектов при строительстве и эксплуатации спортивных сооружений. 4. Прием построенных спортивных сооружений в эксплуатацию (рабочая и Государственная комиссии). 5. Необходимость и значение профилактического осмотра спортивных сооружений в процессе их эксплуатации. 6. Текущие и капитальные ремонты на спортивных сооружениях и значение их в деятельности сооружений. 7. Виды учета на спортивных сооружениях. 8. Общие требования к игровым

	снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам.	площадкам. 9. Основные требования для прокладки лыжных трасс. 10. Требования к ваннам бассейнов, режимы их эксплуатации. 11. Спортивные залы, основные требования к их эксплуатации. 12. Правила расстановки гимнастического оборудования в спортивных залах. 13. Основные принципы проверки гимнастического оборудования на прочность. 14. Инструктаж по технике безопасности на занятиях избранным видом спорта 15. План модернизации оснащения спортивного помещения в избранном виде спорта
--	---	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОПК - 15	Знает: историю строительства спортивных сооружений; классификацию спортивных сооружений; особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; состав спортивных	<p>1. Что такое кромлех?</p> <p>А) прообраз спортивно-зрелищного сооружения каменного века</p> <p>Б) водонепроницаемое покрытие спортивных площадок</p> <p>В) спортивный снаряд древнего мира</p> <p>Г) спортивная игра.</p> <p>Правильный ответ: А</p> <p>2. К какой группе классификации сооружений относятся трибуны стадионов?</p> <p>А) к вспомогательной</p> <p>Б) к основной</p> <p>В) сооружения для зрителей</p>

	<p>сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; параметры и оборудование различных спортивных объектов; расположение зрительских мест на трибунах; расположение помещений и устройства для судей и прессы; устройство и классификации сооружений для легкой атлетики; устройство и классификации плавательных бассейнов; устройство сооружений для конькобежного спорта, хоккея, фигурного катания, шорт-трека; устройство и классификацию сооружений для игровых видов спорта; устройство сооружений для гребного, парусного, конного спорта, велотреков; устройство тира, стенда, стрельбища; устройство сооружений для лыжного спорта; устройство спортсооружений для инвалидов; требования к экипировке, спортивному</p>	<p>Г) сооружения для хранения инвентаря. Правильный ответ: В</p> <p>3. К какой группе покрытий спортивных площадок относятся газонные? А) благоприятные Б) неблагоприятные В) относительно благоприятные Г) вредные. Правильный ответ: А</p> <p>4. Какие размеры у площадки для баскетбола? А) 18 м на 30 м Б) 14 м на 26 м В) 10 м на 14 м Г) 15 м на 28 м. Правильный ответ: Г</p> <p>5. Каковы размеры «города» в площадке для городков? А) 100 см на 100 см Б) 100 см на 200 см В) 120 см на 220 см Г) 150 см на 300 см. Правильный ответ: Г</p> <p>6. Каковы размеры ворот для игры в гандбол? А) ширина 200 см высота 100 см Б) ширина 300 см высота 200 см В) ширина 400 см высота 200 см Г) ширина 300 см высота 100 см. Правильный ответ: Б</p> <p>7. Какое сооружение называют «спортивным ядром»? А) ледовый дворец спорта Б) стадион для футбола и легкой атлетики В) бассейн Г) легкоатлетический манеж. Правильный ответ: Б</p> <p>8. К какой группе спортивных залов относится зал для тяжелой атлетики? А) универсальные спортивные залы Б) специализированные спортивные залы В) многофункциональные спортивные залы Г) комбинированные спортивные залы. Правильный ответ: Б</p> <p>9. Какова расчетная единовременная пропускная способность бассейна размером 50 м х 21 м? А) 150 чел/смену Б) 50 чел/смену В) 96 чел/смену Г) 78 чел/смену. Правильный ответ: В</p> <p>10. Как рассчитывается площадь гардеробной для верхней одежды?</p>
--	---	---



	<p>инвентарю и оборудованию в избранном виде спорта; способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования.</p> <p>Умеет: разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам.</p>	<p>А) из расчета 1 м<sup>2</sup> на 1 место  Б) из расчета 0,5 м<sup>2</sup> на 1 место  В) из расчета 0,3 м<sup>2</sup> на 1 место  Г) из расчета 0,1 м<sup>2</sup> на 1 место  Правильный ответ: Г</p> <p>11. Какова ширина зрительного места в крытых сооружениях?  А) 0,45 м  Б) 0,55 м В) 0,1 м  Г) 0,3 м.  Правильный ответ: А</p> <p>12. Какова величина предельно допустимых приближений зрителей к футбольной площадке?  А) 4 м  Б) 10 м  В) 2 м  Г) 1 м.  Правильный ответ: В</p> <p>13. Какова расчетная температура на крытом катке без мест для зрителей?  А) 5 градусов  Б) 14 градусов  В) 10 градусов  Г) 8 градусов.  Правильный ответ: Б</p> <p>14. Какова расчетная температура воды в крытых бассейнах для спортивного плавания?  А) 26 градусов  Б) 30 градусов  В) 22 градуса  Г) 32 градуса.  Правильный ответ: А</p> <p>15. Какова норма освещенности крытого футбольного поля?  А) 500 лк – горизонтальное и 200 лк – вертикального освещения  Б) 300 лк – горизонтальное и 100 лк – вертикальное освещение  В) 100 лк – горизонтальное и 500 лк – вертикальное освещение  Г) 50 лк – горизонтальное и 200 лк – вертикальное освещение  Правильный ответ: Б</p> <p>16. Спортивный зал в школе считается универсальным?  А) да  Б) нет  Правильный ответ: А</p> <p>17. Какого типа запалнения трибун зрителями на стадион не существует?  А) заполнения снизу  Б) комбинированного</p>
--	---	--

В) заполнение сверху

Г) комплексного

Правильный ответ: Г

18. Вставьте пропущенные слова: Трассой для лыжных гонок называется участок с подъёмами, спусками и , соответственно оборудованной для учебно-спортивной работы и .

Правильный ответ: местности, равниной, соревнования

19. Какие размеры у площадки для волейбола?

А) 18x10 м

Б) 18x9 м

В) 21x10 м

Г) 22x12 м

Правильный ответ: Б

20. Какая высота стола в настольном теннисе?

А) 80 см

Б) 86 см

В) 76 см

Г) 85 см

Правильный ответ: В

21. Какова дистанция для стрельбы из пневматического оружия?

А) 15 м

Б) 10 м

В) 20 м

Г) 25 м

Правильный ответ: Б

22. Зрительские места при траншейном и круглом стендах должны располагаться за ограждением, на расстоянии скольких метров?

А) 20 м

Б) 10 м

В) 5 м

Г) 30 м

Правильный ответ: А

23. Какая ширина стрелкового места при стрельбе из лука на короткие дистанции?

А) 2,5 м

Б) 2,4 м

В) 2,8 м

Г) 3,0 м

Правильный ответ: Б

24. Какой минимальный размер крытого конноспортивного манежа?

А) 10x20 м

Б) 15x28 м Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

В) 20x40 м

Г) 14x28 м

Правильный ответ: Г

		<p>25. На базе по академической гребле должно быть не менее одного комплекта лодок. Сколько лодок включает один комплект?  А) 40 лодок  Б) 24 лодки  В) 44 лодки  Г) 32 лодки  Правильный ответ: В</p> <p>25. Какая минимальная длина акватории для гребли на байдарках и каноэ?  А) 2040 м  Б) 3020 м  В) 2500 м  Г) 1070 м  Правильный ответ: Г</p> <p>26. Какая пропускная способность базы для академической гребли?  А) 100 чел в смену  Б) 120 чел в смену  В) 96 чел в смену  Г) 60 чел в смену  Правильный ответ: Б</p> <p>27. Что такое рундуки?  А) шкафы или площадки для хранения парусов, такелажа, запасных частей  Б) места для стоянки яхт  В) места для строительства яхт  Г) приспособление для транспортировки яхты  Правильный ответ: А</p> <p>28. Какая дистанция стрельбы в биатлоне?  А) 25 м  Б) 50 м  В) 30 м  Г) 20 м  Правильный ответ: Б</p> <p>29. Какая длина горнолыжной трассы массового катания для начинающих в возрасте 8-16 лет?  А) 200-300 м  Б) 400-500 м  В) 100-200 м  Г) 800-1000 м  Правильный ответ: А</p> <p>30. Какая длина комбинированной санно-бобслейной трассы?  А) 1000 или 2000 м  Б) 1100 или 1200 м  В) 1500 или 1600 м  Г) 1600 или 1800 м  Правильный ответ: Б</p>
--	--	---

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее

	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК - 15	<p>Знает: историю строительства спортивных сооружений; классификацию спортивных сооружений; особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; параметры и оборудование различных спортивных объектов; расположение зрительских мест на трибунах; расположение помещений и устройства для судей и прессы; устройство и классификации сооружений для легкой атлетики; устройство и классификации плавательных бассейнов; устройство сооружений для конькобежного спорта, хоккея,</p>	<p>Практическое занятие 1. История и развитие спортивных сооружений  Практическое занятие 2. Общая характеристика и классификация спортивных сооружений  Практическое занятие 3. Универсальные спортивные сооружения и комплексы  Практическое занятие 4-5. Спортивные сооружения для игровых видов спорта  Практическое занятие 6. Спортивные сооружения для легкой атлетики  Практическое занятие 7-8. Спортивные сооружения для зимних видов спорта  Практическое занятие 9-10. Спортивные сооружения для водных видов спорта  Практическое занятие 11. Вспомогательные сооружения для зрителей  Практическое занятие 12. Технические особенности и инженерные коммуникации спортивных сооружений  Практическое занятие 13. Эксплуатация и основы безопасности спортивных сооружений  Практическое занятие 14. Средства, используемые для оснащения сооружений спортивного назначения с целью их адаптации к потребностям инвалидов  Практическое занятие 15. Группы средств, предназначенных для адаптации окружающей инвалида среды к его возможностям для осуществления соревновательной</p>

	<p>фигурного катания, шорт-трека; устройство и классификацию сооружений для игровых видов спорта; устройство сооружений для гребного, парусного, конного спорта, велотреков; устройство тира, стенда, стрельбища; устройство сооружений для лыжного спорта; устройство спортсооружений для инвалидов; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в избранном виде спорта; способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования.</p> <p>Умеет: разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим</p>	
--	--	--

	характеристикам.	
--	------------------	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

#### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (ЗАЧЕТ)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОПК - 15	Знает: историю строительства спортивных сооружений; классификацию спортивных сооружений; особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; состав	<p>Примерный перечень вопросов к зачету для оценивания результатов обучения в виде ЗНАНИЙ:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Спортивные сооружения в первобытном обществе</li> <li>2. Спортивные сооружения в рабовладельческом обществе</li> <li>3. Спортивные сооружения в средние века</li> <li>4. Спортивные сооружения нового времени</li> <li>5. Классификация спортивных сооружений</li> <li>6. Типы проектов спортивных сооружений</li> <li>7. Документация спортивных сооружений</li> </ol>

	<p>спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; параметры и оборудование различных спортивных объектов; расположение зрительских мест на трибунах; расположение помещений и устройства для судей и прессы; устройство и классификации сооружений для легкой атлетики; устройство и классификации плавательных бассейнов; устройство сооружений для конькобежного спорта, хоккея, фигурного катания, шорт-трека; устройство и классификацию сооружений для игровых видов спорта; устройство сооружений для гребного, парусного, конного спорта, велотреков; устройство тира, стенда, стрельбища; устройство сооружений для лыжного спорта; устройство спортсооружений для</p>	<p>8. Типы открытых спортивных сооружений  9. Проектирование комплексных спортивных площадок для общеобразовательных школ  10. Строительные материалы, используемые для конструктивных слоев покрытия спортивных полей и площадок  11. Организация работ при строительстве открытых плоскостных спортивных сооружений.  12. Общие требования к проектированию крытых спортивных сооружений  13. Учебно-тренировочные залы, школьные спортзалы, универсальные и специализированные спортзалы, их размеры и пропускная способность  14. Классификация и характеристика легкоатлетических дорожек  15. Места для прыжков (в легкой атлетике)  16. Места для метаний (в легкой атлетике)  17. Площадки для спортивных игр: волейбол, баскетбол, гандбол, большой теннис, настольный теннис, бадминтон  18. Поля для игры в футбол  19. Уход и содержание спортплощадок  20. Классификация бассейнов  21. Открытые и крытые плавательные бассейны, их размеры  22. Оборудование и уход за бассейнами  23. Выбор и оборудование мест для занятий лыжной подготовкой  24. Лыжные базы. Виды и классификация лыжных трасс  25. Горнолыжные трассы  26. Трамплины и их классификация  27. Классификация катков  28. Оборудование и спортивный инвентарь в различных видах спорта  29. Техника безопасности при эксплуатации спортивных сооружений  30. Средства, используемые для оснащения сооружений спортивного назначения с целью их адаптации к потребностям инвалидов.  31. Функционально-технологические характеристики физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений, используемых инвалидами.  32. Группы средств, предназначенных для приспособления (адаптации) окружающей среды к его возможностям для осуществления собственно соревновательной деятельности в соответствии с правилами соревнований в том или ином виде спорта, а</p>
--	--	---

	<p>инвалидов; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в избранном виде спорта; способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования.</p> <p>Умеет: разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам.</p>	<p>также полноценной учебно-тренировочной работы.</p> <p>33. Реконструкция существующих сооружений для использования их в физкультурно-спортивных занятиях инвалидов.</p> <p>Примерный перечень простых практических заданий к зачету для оценивания результатов обучения в виде УМЕНИЙ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Назовите основные показатели для оценки категоричности спортсооружения.</li> <li>2. Приведите перечень источников, которые применяются для расчета фактической загруженности и мощность спортивных сооружений.</li> <li>3. Дайте сравнительную характеристику видам освещения.</li> <li>4. Дайте сравнительную характеристику напольным покрытиям для крытых сооружений.</li> <li>5. Дайте характеристику системе безопасности в известной Вам физкультурно-спортивной организации.</li> <li>6. Дайте сравнительную характеристику тренажеров, используемых для развития и совершенствования физических качеств и способностей инвалидов</li> <li>7. Перечислите нормативно-правовые документы, регламентирующие требования к проектированию зданий и сооружений с учетом потребностей инвалидов и других маломобильных групп населения.</li> </ol> <p>Примерный перечень комплексных практических контрольных заданий к зачету в виде НАВЫКОВ:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. На примере любого спортивного сооружения г.Казань сдайте общую характеристику вспомогательных помещений.</li> <li>2. На примере любого бассейна в г.Казань дайте характеристику: Системы освещения. Кабельные телевизионные системы. Акустика. Звуковые системы. Средства массовой информации. Отопление и кондиционирование. Микроклимат. Водоснабжение и канализация.</li> <li>3. Спроектируйте систему искусственного покрытия на футбольном поле.</li> <li>4. Отобразите схематично горнолыжный комплекс, учитывая трассы и трамплины.</li> <li>5. Предложите проект реконструкции спортивного сооружения (по выбору студента) с учетом потребностей инвалидов.</li> <li>6. Составьте проект развития адаптивной</li> </ol>
--	---	---



		<p>физической культуры и спорта в г. Казань (в части обеспечения спортивными сооружениями и площадками).</p> <p>7.Проведите анализ развития физкультурно-спортивных клубов инвалидов в г. Казань.</p>
--	--	---

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Зачет	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

ПРОФИЛАКТИКА ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГА

Направление подготовки: 49.03.01 *Физическая культура*

Направленность (профиль): *Физкультурно-оздоровительная деятельность*

Форма обучения: очная

Автор (ы) ФОС: *Э.Ш. Шамсувалеева, кандидат биологических наук, доцент*

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры 7 марта 2019 года,  
протокол № 8.

Казань-2020

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции	Индикаторы достижения
ОПК-8	ПС «Тренер» С/05.6  ПС «Инструктор-методист» F/03.6	<b>Знания:</b> - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - антидопинговое законодательство Российской Федерации.
		<b>Умения:</b> - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте
		<b>Навыки и/или опыт деятельности</b> - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте.

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей). Выполнение заданий на этапе сдачи зачета дисциплины оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

## Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
			не аттестован	4 и менее
МОДУЛЬ 1	ОПК-8	Практическая работа	низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
			не аттестован	4 и менее
	ОПК-8	Ситуационная задача	низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
			макс:	20
МОДУЛЬ 2	ОПК-8	Тестовые задания	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
		Ситуационная	не аттестован	4 и менее

	ОПК-8	задача	низкий средний высокий	5– 6 7 – 8 9 – 10
		Доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК-8	Тест	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
макс: 50 баллов			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

**2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ**

Образцы

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОПК-8	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте</li> <li>- антидопинговое законодательство Российской Федерации</li> </ul>	<p><b>Вопросы к лекции 2</b></p> <p>1. Как часто пересматривается Запрещенный список:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• не реже одного раза в год;</li> <li>• один раз в пять лет;</li> <li>• запрещенный список не изменялся с 2000 года.</li> <li>• запрещенный список не изменялся с 2003 года.</li> </ul> <p>2. Причинами начала приема запрещенных субстанций спортсменом могут стать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• всё перечисленное;</li> <li>• возвращение в спорт после травмы;</li> <li>• неудача на последних соревнованиях;</li> <li>• уверенность, что допинг является неотъемлемой частью спорта;</li> <li>• неуверенность в себе;</li> <li>• пренебрежение рисками для здоровья;</li> <li>• давление окружающих.</li> </ul> <p>3. Максимально возможное количество раз прохождения допинг-контроля за год:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• спортсмен может быть подвергнут допинг-контролю неограниченное количество раз</li> <li>• спортсмен может быть подвергнут допинг-контролю на каждом крупном соревновании</li> <li>• спортсмен может быть подвергнут допинг-контролю раз в полгода</li> <li>• спортсмен может быть подвергнут допинг-контролю каждый месяц</li> </ul> <p>4. Какова цель Всемирного антидопингового кодекса?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Все перечисленные ответы верны;</li> <li>• Защищать фундаментальное право спортсменов на спорт свободный от допинга;</li> <li>• Пропагандировать здоровье, справедливость и равенство для всех спортсменов;</li> <li>• Создавать согласованные, скоординированные и эффективные антидопинговые программы на международном уровне.</li> </ul> <p>5. Эволюция понятия допинг верно отражена в одном из следующих ответов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• наркотические средства для лошадей на конных скачках → вино для атлетов из листьев коки → употребление стимуляторов → это введение в организм человека любым путем вещества, чуждого этому организму, или какой-либо физиологической</li> </ul>

		<p>субстанции в ненормальном количестве, или введение какого-либо вещества неестественным путем, для того чтобы искусственно и нечестным путем повысить результат спортсмена во время выступления в соревнованиях → нарушение одного или нескольких антидопинговых правил;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• наркотические средства для лошадей на конных скачках → вино для атлетов из листьев коки → употребление стимуляторов → нарушение одного или нескольких антидопинговых правил → это введение в организм человека любым путем вещества, чуждого этому организму, или какой-либо физиологической субстанции в ненормальном количестве, или введение какого-либо вещества неестественным путем, для того чтобы искусственно и нечестным путем повысить результат спортсмена во время выступления в соревнованиях;</li> <li>• наркотические средства для лошадей на конных скачках → вино для атлетов из листьев коки → это введение в организм человека любым путем вещества, чуждого этому организму, или какой-либо физиологической субстанции в ненормальном количестве, или введение какого-либо вещества неестественным путем, для того чтобы искусственно и нечестным путем повысить результат спортсмена во время выступления в соревнованиях → нарушение одного или нескольких антидопинговых правил → употребление стимуляторов;</li> <li>• употребление стимуляторов → это введение в организм человека любым путем вещества, чуждого этому организму, или какой-либо физиологической субстанции в ненормальном количестве, или введение какого-либо вещества неестественным путем, для того чтобы искусственно и нечестным путем повысить результат спортсмена во время выступления в соревнованиях → нарушение одного или нескольких антидопинговых правил.</li> </ul>
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
-------------------------	-----------------------	---------------------

<p>ОПК-8</p>	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте, специальных олимпиад</li> </ul> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Занятие 1</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Виды нарушений антидопинговых правил</b></p> <p><b>Задание для самостоятельной работы: создание инфографики «Нарушения антидопинговых правил»</b></p> <p>Прочтите «Раздел 1. «Определение допинга»» в Антидопинговом пособии Международной федерации студенческого спорта FISU-WADA. Там же, во Всемирном антидопинговом кодексе или на сайте РУСАДА ознакомьтесь с видами нарушений антидопинговых правил.</p> <p>Разделитесь на одиннадцать групп с примерно равным числом участников в каждой. Выберите один из видов нарушения антидопинговых правил на группу и создайте инфографику «Нарушения антидопинговых правил».</p> <p>Для создания инфографики выберите один из бесплатных онлайн сервисов из раздела Источники информации.</p> <p>Инфографика должна отражать следующие детали:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ современное определение допинга;</li> <li>○ название одного из одиннадцати антидопинговых правил;</li> <li>○ возможных субъектов нарушения этого правила;</li> <li>○ возможные доказательства факта нарушения этого правила;</li> <li>○ права субъекта в отношении этого правила;</li> <li>○ обязанности субъекта в отношении этого правила;</li> <li>○ стандартные санкции при нарушении этого правила.</li> </ul> <p><b>Практическая работа: конференция по защите инфографики «Нарушения антидопинговых правил»</b></p> <p>Выступите перед аудиторией с характеристикой одного из видов нарушения антидопинговых правил по самостоятельно созданной инфографике. Во время выступления озвучьте свою позицию, отвечая на вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ в чем проблема;</li> <li>○ какое это имеет отношение к Принципу строгой ответственности;</li> </ul>
--------------	--	--

- зачем мне это знать;
- где я могу это применить?

Участвуйте в обсуждении выступлений друг друга – найдите достоинства и недостатки разработанных инфографик. При обсуждении используйте ПОПС-формулу. Сформулируйте вывод по всей работе.

ПОПС – формула	
П	– позиция (я считаю, что ...; на мой взгляд ...)
О	– обоснование (потому что ...; т.к. ...)
П	– примеры (например, ...; я могу доказать это ...)
С	– следствие (таким образом ... ; подводя итог ... ; поэтому ...)

**Балльно-рейтинговая система оценки**

Балл	Критерии оценки
1	Инфографика представлена, но не соответствует требованиям, изложенным в разделе «Задание для самостоятельной работы»
2	Инфографика соответствует требованиям, изложенным в разделе «Задание для самостоятельной работы», но содержит ряд ошибок или недочетов
3	Инфографика соответствует требованиям, изложенным в разделе «Задание для самостоятельной работы», не содержит ошибок
4	Инфографика соответствует требованиям, изложенным в разделе «Задание для самостоятельной работы», не содержит ошибок или недочетов, студент активно принимал участие в обсуждении инфографик друг друга

**Занятие 2**

Всемирный антидопинговый кодекс и стандарты  
**Задание для самостоятельной работы: создание таблиц**

Ознакомьтесь с семью Международными стандартами. Охарактеризуйте каждый стандарт по плану.

Международные стандарты		
1	Название стандарта	Запрещенный список
	Цель	



			стандарта	
			Стандарт содержит ....	
			Стандарт важен для спортсмена, т.к. ....	
		2	Название стандарта	Стандарт по терапевтическому использованию
			Цель стандарта	
			Стандарт содержит ....	
			Стандарт важен для спортсмена, т.к. ....	
		3	Название стандарта	Стандарт для лабораторий
			Цель стандарта	
			Стандарт содержит ....	
			Стандарт важен для спортсмена, т.к. ....	
		4	Название стандарта	Стандарт по тестированию и расследованиям
			Цель стандарта	
			Стандарт содержит ....	
			Стандарт важен для спортсмена, т.к. ....	
		5	Название стандарта	Стандарт по обработке результатов

			Цель стандарта			
			Стандарт содержит ....			
			Стандарт важен для спортсмена, т.к. ....			
			6	Название стандарта	Стандарт защиты неприкосновенности частной жизни и личной информации	
		Цель стандарта				
		Стандарт содержит ....				
		Стандарт важен для спортсмена, т.к. ....				
		7	Название стандарта	Стандарт по образованию		
			Цель стандарта			
			Стандарт содержит ....			
			Стандарт важен для спортсмена, т.к. ....			
		<p>Ознакомьтесь с Всемирным антидопинговым кодексом и охарактеризуйте его по плану.</p>				
		8	Всемирный антидопинговый кодекс			
			Цель кодекса			
			Кодекс содержит ....			
			Кодекс важен для спортсмена, т.к. ....			
<p><b>Практическая работа: анализ документов Всемирной антидопинговой программы</b>  Разделитесь на четыре группы.  Выберите по два из восьми указанных</p>						

документов Всемирной антидопинговой программы на группу. Обсудите в группе, заполненные в процессе самостоятельной работы таблицы, придите к общему мнению и заполните по 4 стикера на каждый документ. Укажите на одном стикере название документа, на другом – цель, на третьем – что он содержит и на четвертом – чем важен для спортсменов.

Отдайте заполненные стикеры на проверку в другие группы.

По одному человеку от группы, заполнявшей стикеры, выйдите к доске, приклейте стикеры зачитывая написанное. Затем по одному человеку от группы, проверявшей стикеры, прокомментируйте написанное. И так по каждому документу Всемирной антидопинговой программы.

Используя ПОПС-формулу, сформулируйте вывод, указав, что объединяет все эти документы.

#### ***Балльно-рейтинговая система оценки***

Каждая из четырех групп представляет 8 самостоятельно заполненных стикеров и 8 стикеров с оценкой работ других групп. За каждый верный стикер засчитывается 1 очко, т.е. максимально возможное число очков группы может быть 16 плюс 1 балл за верно сформулированный вывод – всего 17 баллов. Группа, набравшая наибольшее число очков получает 4 балла, меньше – 3 балла, еще меньше – 2 балла. Группа, набравшая наименьшее число очков получает 1 балл. Если группа набрала 8 и менее очков, ей начисляется только балл посещения занятия.

#### **Занятие 3**

#### **Допинг-контроль**

***Задания для самостоятельной работы: анализ Международного стандарта по тестированию и расследованиям и Всемирного антидопингового кодекса.***

1. Определите требования к процедуре допинг-контроля общие для всех спортсменов.
2. Объясните особенности тестирования в командных видах спорта.
3. Уточните модификации допинг-контроля для:
  - спортсменов с инвалидностью;
  - несовершеннолетних спортсменов.
4. Выясните, как фиксируется просьба спортсмена о представителе или переводчике, об отсрочке

		<p>сдачи пробы или замечания о процедуре.</p> <p><b>Практическая работа: конференция антидопингового агентства</b></p> <p>1. Разделитесь на четыре группы и на основе проделанной самостоятельной работы обсудите в группе следующие вопросы.</p> <p>Процедура допинг-контроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ общие требования;</li> <li>○ права спортсмена;</li> <li>○ обязанности спортсмена.</li> </ul> <p>Особенности допинг-контроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ спортсменов входящих и не входящих в регистрируемый пул тестирования;</li> <li>○ спортсменов командных видов спорта;</li> <li>○ спортсменов с инвалидностью;</li> <li>○ несовершеннолетних спортсменов.</li> </ul> <p>2. Придумайте по обозначенной теме 6 вопросов, которые будут заданы другим группам (желательно придумать больше вопросов для исключения повторения одинаковых).</p> <p>3. Представьте одну из групп как сотрудников какого-либо национального антидопингового агентства, а остальные группы спортсменами, для которых была организована эта встреча. Задайте группе национального антидопингового агентства по два вопроса от каждой из групп спортсменов. Затем поменяйтесь ролями.</p> <p>4. Используя ПОПС-формулу, сформулируйте вывод по всей работе.</p> <p><b>Балльно-рейтинговая система оценки</b></p> <p>Каждая группа может задать в общей сложности 6 вопросов в роли спортсмена и ответить на 6 вопросов в роли представителей антидопингового агентства. За каждый верный вопрос и верный ответ засчитывается 1 очко, т.е. максимально возможное число очков группы может быть 12 плюс 1 балл за верно сформулированный вывод – всего 13 баллов. Группа, набравшая наибольшее число очков получает 4 балла, меньше – 3 балла, еще меньше – 2 балла. Группа, набравшая наименьшее число очков получает 1 балл. Если группа набрала 6 и менее очков, ей начисляется только балл посещения занятия.</p>
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Выступление с докладом на заданную тему

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Темы докладов
ОПК-8	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- антидопинговое законодательство Российской Федерации.</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте</li> </ul> <p><b>Навыки и/или опыт</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• В рамках работы спортивной школы по профилактике употребления допинга в детско-юношеском возрасте подготовьте выступление для родительского собрания по проблеме допинг-аддиктивного поведения на основе проделанной самостоятельной работы.</li> <li>• Подготовьте выступление для тренеров на методическом совещании по проблеме «Ответственность персонала несовершеннолетних спортсменов»</li> <li>• Создание базового конспекта выступления «Предупреждение риска нарушений антидопинговых правил» перед целевыми аудиториями</li> </ul> <p>1. Научитесь работать с сайтом РУСАДА:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ кликните вкладку Дисквалификации;</li> <li>○ найдите информацию по избранному виду спорта.</li> </ul> <p>Научитесь работать с сайтом WADA:</p>

	<p><b>деятельности</b> - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ в разделе «Полезные ссылки» кликните вкладку Антидопинговая статистика;</li> <li>○ найдите информацию по избранному виду спорта.</li> </ul> <p>Научитесь работать с сайтом Министерства спорта Российской Федерации. Пройдите во вкладку «Антидопинговое законодательство»: Главная → Спорт → Антидопинговое обеспечение. Познакомьтесь с документами, которые там представлены. Особое внимание обратите на следующие документы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ст. 3.11, 6.18 КоАП РФ;</li> <li>○ Ст. 234 Уголовного кодекса РФ;</li> <li>○ Ст. 230.1 и 230.2 Уголовного кодекса РФ;</li> <li>○ Федеральный закон «О внесении изменений в Трудовой кодекс Российской Федерации» от 29 декабря 2017 г. № 461-ФЗ.</li> </ul> <p>2. Создайте базовый конспект выступления «Предупреждение риска нарушений антидопинговых правил» в виде электронного документа формата Word (Times New Roman, 12, интервал 1,15; поля 2 со всех сторон).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Дайте название конспекту выступления, указав избранный вид спорта.</li> <li>○ Подберите материал и сформулируйте один абзац текста, касающиеся использования допинга в спорте высших достижений, любительском и детско-юношеском спорте, в неспортивном обществе в целом. Актуализируйте тему в следующем абзаце, раскрывая проблемы избранного вида спорта: приведите примеры спортсменов и последствий применения ими допинга для их личного имиджа и имиджа страны.</li> <li>○ В статье 348.2. Трудового кодекса Российской Федерации «Особенности заключения трудовых договоров со спортсменами, с тренерами» указано, что обязательными для включения в трудовой договор как со спортсменом, так и тренером являются условия об их обязанности соблюдать общероссийские антидопинговые правила и</li> </ul>
--	--	--

		<p>антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями. Антидопинговое законодательство на территории Российской Федерации включает в себя как административное, так и уголовное наказание. Подберите материал и сформулируйте два абзаца текста, касающиеся ответственности за применение допинга относительно: самого спортсмена, тренера, тренера несовершеннолетнего спортсмена, роли родителей (семьи) спортсмена в поддержке нулевой терпимости к допингу.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Подберите информацию и сформулируйте два абзаца текста, касающиеся необходимости умения работать с Запрещенным списком для: получения медицинской помощи без нарушения антидопинговых правил; возможности использования ТИ. Объясните: почему реклама лекарственных препаратов в общедоступных СМИ провоцирует опасное и бесконтрольное употребление лекарств и БАДов; как биологический паспорт спортсмена способствует решению проблемы «чистоты» спорта, с какого периода жизни спортсмена нужно начинать сбор данных для открытия паспорта.</li> <li>○ Сформулируйте общий вывод, используя ПОПС-формулу.</li> </ul> <p>3. Самостоятельно проверьте качество своей работы по плану – при необходимости внесите изменения.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Конспект выступления имеет название, в котором указан избранный вид спорта. Объем работы не более 2 страниц.</li> <li>○ Первый абзац содержит не более четырех предложений. В первом абзаце конспекта анализируется применение допинга в: спорте высших достижений; любительском спорте; детско-юношеском спорте; неспортивном обществе в целом.</li> <li>○ Второй абзац содержит не более четырех предложений. В нем раскрываются проблемы применения допинга в избранном виде спорта: приведены примеры спортсменов и последствий</li> </ul>
--	--	---

применения ими допинга для их личного имиджа; приведены примеры спортсменов и последствий применения ими допинга для имиджа страны.

- В третьем абзаце в двух предложениях уточняется, что ждет спортсмена, нарушившего антидопинговые правила, а также дисквалифицированного спортсмена, если он нарушит запрет на участие в соревнованиях во время срока дисквалификации, дается оценка факту присутствия дисквалифицированного тренера на тренировке спортсменов.
- В четвертом абзаце в двух предложениях уточняется ответственность персонала, если доказана его вина в нарушении антидопинговых правил несовершеннолетним спортсменом в сравнении с ответственностью тренера совершеннолетнего спортсмена, кроме того указывается роль родителей в поддержке в спортсмене духа спорта.
- В пятом абзаце в четырех предложениях упоминаются: Запрещенный список; разрешение на ТИ; биологический паспорт спортсмена, дается оценка рекламе фармацевтических препаратов и БАДов.
- Конспект заканчивается общим выводом

***Балльно-рейтинговая система оценки***

Балл	Критерии оценки
1	Выступление разработано на бытовом уровне
2	В хорошо структурированном выступлении используется терминология изученного курса, но подобранные примеры не всегда убедительны и особенности целевой аудитории до конца не учтены
3	В хорошо структурированном выступлении используется терминология изученного курса, подобранные примеры убедительны, особенности целевой аудитории учтены
4	В хорошо структурированном выступлении используется терминология изученного курса, подобранные примеры убедительны, особенности целевой аудитории учтены. Группа принимала активное



			участие в обсуждении работ других групп.
--	--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Выступление с докладом	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### Решение ситуационных задач

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Примеры ситуационных задач
ОПК-8	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- антидопинговое законодательство Российской Федерации.</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности,</li> </ul>	<p><i>Ситуация 1. Анализ гематологического модуля спортсменов</i></p> <p>Основу гематологического профиля составляют данные анализа крови спортсмена за длительный период времени. Колебания показателей содержания гемоглобина в крови спортсменов от 130 до 170 г/л зависят от расы, этнической принадлежности, проживания на больших высотах, серьезности физических нагрузок.</p> <p>Обычно профиль позволяет обнаружить переливание крови или манипуляции с составом крови. Для выявления «подозрительных» проб специалист по работе с биопаспортом заносит данные анализов в специальную компьютерную программу, которая в виде графиков, которые принято называть Байесовская сеть, строит модель отклонений биологических маркеров, основанную на теории вероятностей.</p> <p>Представьте, что некая лаборатория имеет 18 проб крови одного спортсмена, мужчины 18 лет, взятых в разное время. Лаборант провел анализ образцов крови на гемоглобин (HGB) и ретикулоциты (RTC). Затем без использования Байесовской сети, просто ввел в программу Excel полученные показатели. Лаборант знал, что забор крови из организма сопровождается падением гемоглобина и через несколько дней ростом</p>

нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте

**Навыки и/или опыт деятельности**

- изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте.

ретикулоцитов, а обратное переливание крови вызывает рост гемоглобина и падение ретикулоцитов. На основе проведенных анализов и построенных графиков лаборант сделал определенные выводы. В таблице указаны результаты проведенного лаборантом анализа на гемоглобин и ретикулоциты.

Дата	HG В, г/л	RT С, %	Дата	HG В, г/л	RT С, %	Дата	HG В, г/л	RT С, %
18.0 1	161	1,37	10.0 6	161	1,38	18.1 0	164	1,42
18.0 2	162	1,41	12.0 6	184	1,4	18.1 1	161	1,38
18.0 3	167	1,4	19.0 6		0,67	18.1 2	163	1,46
18.0 4	165	1,43	18.0 7	166	1,34	20.0 1	164	1,45
18.0 5	129	1,38	18.0 8	166	1,35	20.0 2	168	1,44
22.0 5		2,92	18.0 9	164	1,36	20.0 3	161	1,38

Постройте два графика в Excel (вставка/рекомендуемые диаграммы/все диаграммы/точечная), сравните их и запишите возможные выводы лаборанта, а именно:

1. укажите границы максимальных и минимальных индивидуальных значений (норма реакции признака) гемоглобина и ретикулоцитов конкретно этого спортсмена, т.е. пределы, в которых должны находиться показатели этого спортсмена в нормальном физиологическом состоянии;
2. предположите профиль спортсмена (профиль без отклонений/профиль, свидетельствующий о возможном применении запрещенного вещества или метода/профиль, свидетельствующий о явном применении запрещенного вещества или метода);
3. обоснуйте предполагаемый профиль спортсмена.

*Ситуация 2. Анализ стероидного модуля спортсменов*

Профессор Манфред Донице, основатель всемирно известной Антидопинговой лаборатории в Кельне, предложил измерять не концентрацию тестостерона, а **отношение** концентраций тестостерона (Т) и эпитестостерона (Е). За норму отношения Т/Е была взята 1. Разброс значений Т/Е в среднем составляет от 0,1 до 3,5. В принципе при  $T/E > 6$  можно утверждать, что проба на допинг положительная, но существуют индивидуальные особенности у отдельных спортсменов и народов. Для представителей азиатских стран характерны значения на уровне 0,1-0,5. В Норвегии, России и Австралии изучены спортсмены, у которых отношение Т/Е стабильно держится в районе 7. Искусственное введение тестостерона резко изменяет отношение Т к Е. Бен Джонсон получил пожизненную

дисквалификацию в 1993 году при Т/Е больше 9. У семиборки из Иркутска Ирина Белова в 1993 году анализ отношения Т/Е составлял 7. Мери Деккер-Слени, выдающаяся американская бегунья, в 1996 году попала во время отбора к Олимпиаде на тестостероне, Т/Е = 9. Деннис Митчелл, чемпион мира и олимпийских игр в эстафете 4x100 м, был пойман в 1998 году при внезапной проверке на соотношении 10.

Уточните возраст спортсменов на момент дисквалификации и объясните, кого из них можно было бы не дисквалифицировать, если бы у них был биологический паспорт.

*Ситуация 3. Анализ стероидного модуля спортсменов*

1. Рассмотрите примеры из таблицы, обсудите в группе и по каждому случаю ответьте на вопросы.

- Нужно ли спортсмену подавать запрос на ТИ препаратов?
- Если нужно, то куда следует подавать запрос на ТИ?
- На какие препараты необходимо оформить запрос и почему?
- При каком условии возможно его одобрение антидопинговой организацией?
- Может ли в этой ситуации понадобиться ретроактивный запрос на ТИ, в случае допинг-контроля?
- В случае ретроактивного запроса на ТИ, при каком условии возможно его одобрение антидопинговой организацией?

	Ситуация
1	<p><b>Спортсмен:</b> 24 года, состоит в международном и национальном пулах тестирования</p> <p><b>Вид спорта:</b> биатлон</p> <p><b>Диагноз:</b> бронхиальная астма (физического усилия)</p> <p><b>Назначение:</b> сальбутамол (аэрозоль); беродуал, который используется во время приступа удушья</p>
2	<p><b>Спортсмен:</b> 34 года, состоит в национальном пуле тестирования, планирует участие в крупном международном соревновании через полгода</p> <p><b>Вид спорта:</b> пулевая стрельба</p> <p><b>Диагноз:</b> артериальная гипертония</p> <p><b>Назначение:</b> нифедипин на кусочек сахара в случае гипертонического криза; тенорик</p>
3	<p><b>Спортсменка:</b> 25 лет, находится в олимпийской деревне, до старта ее вида спорта и ее личного старта на Олимпийских играх 2 дня</p> <p><b>Вид спорта:</b> шоссейный велоспорт</p> <p><b>Диагноз:</b> аллергический дерматит (покраснение в области обоих предплечий, сильный зуд)</p> <p><b>Назначение:</b> глюконат кальция, зиртек, элоком (мазь), дексаметазон – внутримышечная инъекция с</p>

		целью предупреждения отека Квинке
	4	<p><b>Спортсмен:</b> 24 года, не состоит ни в национальном, ни и международном пулах тестирования, но подает большие надежды в спорте и периодически участвует в крупных соревнованиях</p> <p><b>Вид спорта:</b> греко-римская борьба</p> <p><b>Диагноз:</b> черепно-мозговая травма во время тренировки, перелом острого отростка С2, разрыв межпозвоночных связок С2-С3</p> <p><b>Назначение:</b> экстренная операция; в числе препаратов: таргин</p>

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Ситуационные задачи	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### 3. ЗАДАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Задание для промежуточной аттестации	
ОПК-8	<p><b>Знания:</b> - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте;</p>	<b>Тест</b>	
		1. Правильно определите причину значимости указанных документов для изучения спортсменами	Необходимость объединения всеобщих усилий для борьбы с
		Всемирный антидопинговый кодекс	всеобщих усилий для борьбы с

- антидопинговое законодательство Российской Федерации.		допингом
	Запрещенный список	Прием запрещенных препаратов приводит или к дисквалификации, или к ухудшению здоровья спортсмена
	Международный стандарт по тестированию и расследованиям	Касается требований к информации по местонахождению для спортсменов, находящихся в соответствующих регистрируемых пулах тестирования
	Международный стандарт TI	Возможность обоснования использования запрещенной субстанции или метода
	Международный стандарт лабораторий	Получение достоверных результатов исследований, имеющих доказательственную ценность
	Международный стандарт защиты личной жизни и конфиденциальной информации	Необходимость предоставления значительный объема персональной информации
2. Подберите правильные пары для характеристики документов		
Всемирный антидопинговый кодекс	Обеспечение для спортсменов возможности соревноваться в свободной от допинга среде, на равных условиях	
Запрещенный список	Новая версия должна публиковаться ежегодно независимо от того, вносились ли в него изменения или нет	
Международный стандарт по тестированию и	Описывает обязательные технические требования к	

		расследованиям	процедурам допинг-контроля
		Международный стандарт TI	Существуют основания, объясняющие наличие запрещенной субстанции в пробе спортсмена
		Международный стандарт лабораторий	Спортсмен должен быть уведомлен в какой лаборатории находятся его пробы, что бы быть уверенным в достоверности результатов исследования
		Международный стандарт защиты личной жизни и конфиденциальной информации	Обеспечение защиты персональной информации спортсмена очень сильно влияет на эмоциональный фон, что важно на соревнованиях
		<p>3. Борьба за честный и здоровый спорт предполагает знание запрещенных антидопинговыми правилами классов субстанций. Выберите из предложенного несуществующий класс запрещенных субстанций:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• субстанции, запрещенные в тренировочный период</li> <li>• субстанции, запрещенные в соревновательный период</li> <li>• субстанции, запрещенные в отдельных видах спорта</li> <li>• субстанции, которые запрещены всегда</li> </ul> <p>4. Российское антидопинговое агентство РУСАДА:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• начало работу в 2008 году</li> <li>• начало работу в 1999 году</li> <li>• начало работу в 1928 году</li> <li>• начало работу в 1980 году</li> </ul> <p>5. Запрос российского спортсмена национального уровня на TI рассматривает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• РУСАДА</li> <li>• Международная федерация</li> <li>• Международный олимпийский комитет</li> <li>• Спорткомитет по месту жительства</li> </ul> <p>6. Электронный документ, в котором хранятся индивидуальные данные многократного лабораторного тестирования биологических жидкостей спортсмена – это:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• БПС</li> <li>• РУСАДА</li> </ul>	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• ВАДА</li> <li>• АДАМС</li> </ul>
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК-8	Тест	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
макс: 50 баллов			

### Балльно-рейтинговая система оценки

Модуль 1. Правовое регулирование проблемы допинга в спорте	Балл освоения	Балл посещения
Занятие 1. Виды нарушений антидопинговых правил	4	5 (вместе с посещением лекций)
Занятие 2. Всемирный антидопинговый кодекс и международные стандарты	4	
Занятие 3. Допинг-контроль	4	
Занятие 4. Медицинская помощь без нарушения антидопинговых правил	4	
Занятие 5. Биологический паспорт спортсмена	4	
Всего по модулю	20	5
Модуль 2. Особенности организации антидопинговой работы		
Занятие 6. Допинг-аддиктивное поведение	4	5 (вместе с посещением лекций)
Занятие 7. Ценности современного спорта	4	
Занятие 8. Предупреждение риска нарушений антидопинговых правил	4	
Самостоятельная работа по получению сертификата РУСАДА	8	
Всего по модулю	20	5
Всего за два модуля	40	10
Итого		50

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

ВОЗРАСТНАЯ ФИЗИОЛОГИЯ

*(наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)*

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
*(шифр, наименование)*

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность  
*(направленность (профиль) подготовки)*

Форма обучения: очная  
*(очная/заочная)*

Автор (ы) ФОС: Хаснутдинов Н.Ш., кандидат биологических наук, доцент  
*(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)*

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «07» марта 2019 года  
Протокол № 8.



# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
		<b>Знания:</b>
ОПК-1	ПС «Инструктор-методист» Е/02.6  ПС «Тренер»	- возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом;
ОПК-1	С/01.6  С/05.6	- особенности обмена веществ разных возрастных группах;
ОПК-1		- физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;
ОПК-1		- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;
ОПК-2		- анатомо-физиологических особенностей лиц различного пола на этапах развития, служащих основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности, анализа результатов тренировочного процесса, на спортивно-оздоровительном, начальном и этапе совершенствования.
		<b>Умения</b>

ОПК-1 , ОПК-9	ПС «Инструктор-методист» Е/02.6	- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;
ОПК-2	ПС «Тренер» С/01.6 С/05.6	- использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых на этапах тренировочного процесса.
		<b>Навыки и/или опыт деятельности:</b>
ОПК-1, ОПК-9	ПС «Инструктор-методист» Е/02.6	- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;
ОПК-2	ПС «Тренер» С/01.6 С/05.6	- проведения антропометрических измерений для оценки физического развития;
ОПК-2		- проведения оценки функционального состояния человека;
ОПК-2, ОПК-11		- обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость

занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамен по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамен.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе  
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	ОПК-1; ОПК-2 , ОПК- 9; ОПК- 11.	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-1; ОПК-2; ОПК- 9; ОПК- 11.	Тестирование,	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	ОПК-1; ОПК-2; ОПК- 9; ОПК- 11.	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-1; ОПК-2; ОПК- 9; ОПК- 11.	Практические работы, тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной**

### аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
		ОПК-1; ОПК-2; ОПК- 9; ОПК- 11.	Опрос по билетам
<b>макс: 50 баллов</b>			

### Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
	Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОПК-1; ОПК-2; ОПК- 9; ОПК- 11.	<b>Знания:</b> - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; <b>Умения:</b> учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>К понятию роста относят ...</b> А. увеличение массы тела Б. формирование осанки В. увеличение жизненной ёмкости легких Г. увеличение мышечной силы;</li> <li>• <b>Двигательная активность ребенка <u>не стимулирует</u> развитие _____ системы</b> А. Нервной Б. Мочевыделительной В. Сердечно-сосудистой Г. Дыхательной</li> <li>• <b>При измерении длины тела испытуемый должен касаться стойки ростомера ...</b> А. пятками Б. коленями В.руками Г. ягодицами Д. межлопаточной областью</li> </ul>

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	<ul style="list-style-type: none"> <li>– не аттестован</li> <li>– низкий</li> <li>– средний</li> <li>– высокий</li> </ul>	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК-1; ОПК-2; ОПК- 9;	<b>Умения:</b> - учитывать возрастные психологические	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Определение состояния показателей ВНД детей и подростков.</li> </ul>

ОПК- 11.	особенности занимающихся физической культурой и спортом; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых на этапах тренировочного процесса.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Методы определения физического развития (антропометрия);</li> <li>• Методы определения состояния нервно-мышечного аппарата детей и подростков</li> </ul>
ОПК-1; ОПК-2; ОПК- 9; ОПК- 11.	<b>Навыки и/или опыт деятельности:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> </ul> -проведения антропометрических измерений для оценки физического развития;	Составление комплекса упражнений для профилактики нарушений осанки детей и подростков (определенного возраста, индивидуально для каждого студента);  Анализ состояния физического развития на основе полученных результатов после проведения антропометрических измерений

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.

	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Темы курсовых работ

1. не предусмотрено выполнение курсовой работы.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОПК-1; ОПК-2; ОПК- 9; ОПК- 11.	<b>Знания:</b> - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ разных возрастных группах; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и	1. Предмет, задачи и значение курса «Возрастная физиология» 2. Понятие о росте и развитии. Гетерохронность и гармоничность развития детей и подростков. 3. Понятие об онтогенезе. Возрастная периодизация, ее критерии и значение. 4. Физическое и психическое развитие детей и подростков. Критические периоды развития. 5. Акселерация развития, ее виды и причины. 6. Роль наследственности и среды в развитии ребенка. 7. Общий план строения нервной системы. Основные элементы и возрастные особенности нервной системы. 8. Рефлекс – основная форма деятельности нервной системы. Понятие о рефлекторной дуге. Возрастные особенности развития

	<p>систем организма человека в возрастном и половом аспекте;  - анатомо-физиологических особенностей лиц различного пола на этапах развития, служащих основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности, анализа результатов тренировочного процесса, на спортивно-оздоровительном, начальном и этапе совершенствования.</p> <p><b>Умения</b>  - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;  - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых на этапах тренировочного процесса.</p>	<p>нейрона.</p> <p>9. Характеристика основных отделов нервной системы (центральная и периферическая, соматическая и вегетативная нервные системы).</p> <p>10. Головной мозг и его развитие у детей и подростков.</p> <p>11. Условный и безусловный рефлекс. Условия образования условных рефлексов и их роль в процессах обучения и воспитания. Механизмы образования условных рефлексов.</p> <p>12. Первая и вторая сигнальная системы. Физиологические основы речи. Развитие речи у детей и подростков.</p> <p>13. Строение и функции анализаторов. Сенсорная информация как фактор развития детей и подростков.</p> <p>14. Анатомо-физиологические особенности зрительного анализатора у детей и подростков.</p> <p>15. Анатомо-физиологические особенности слухового анализатора у детей и подростков.</p> <p>16. Возрастная анатомия и физиология скелета головы и туловища.</p> <p>17. Возрастная анатомия и физиология скелета конечностей.</p> <p>18. Возрастные особенности развития мышечной системы детей и подростков.</p> <p>19. Анатомо-физиологические особенности системы пищеварения у детей и подростков.</p> <p>20. Понятие об обмене веществ и энергии.</p> <p>21. Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы детей и подростков.</p> <p>22. Анатомо-физиологические особенности органов дыхания у детей</p>
--	---	--



	<p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> <li>- проведения антропометрических измерений для оценки физического развития;</li> <li>- проведения оценки функционального состояния человека;</li> <li>- обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации</li> </ul>	<p>и подростков.</p> <p>23. Железы внутренней секреции, их возрастные особенности.</p> <p>24. Иммуитет, его виды и возрастные особенности формирования.</p> <p>25. Половое созревание детей и подростков. Стадии полового созревания.</p> <p>26. Типы высшей нервной деятельности. Методы определения типов ВНД.</p> <p>27. Физиологические основы внимания. Развитие внимания у детей и подростков. Методы определения свойств внимания.</p> <p>28. Память, развитие памяти у детей и подростков. Методы определения свойств памяти.</p> <p>29. Умственная работоспособность. Методы определения состояния показателей умственной работоспособности.</p> <p>30. Понятие о функциональной асимметрии и методы ее определения.</p> <p>31. Понятие о хронобиологических типах и методы его определения.</p> <p>32. Нарушения в развитии опорно-двигательного аппарата (сколиоз, плоскостопие) у школьников и их профилактика.</p> <p>33. Осанка школьников. Гигиенические требования к формированию осанки школьников. Комплекс упражнений для формирования осанки.</p> <p>34. Возрастные особенности развития дыхательных объемов и емкостей. Методика их определения.</p> <p>35. Понятие о жизненном показателе и его нормативы. Пробы задержки дыхания и методика их определения.</p> <p>36. Методика определения показателей соматометрии.</p> <p>37. Методика определения</p>
--	---	--

		<p>показателей пропорциональности физического развития и индекса Эрисмана.</p> <p>38. Возрастные особенности развития показателей деятельности сердца. Методика определения вегетативного индекса Кердо.</p> <p>39. Возрастные особенности развития артериального давления. Методика определения артериального давления.</p> <p>40. Возрастные особенности формирования вегетативной нервной системы. Методика выполнения ортостатической и клиностатической проб.</p>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

ТЕХНОЛОГИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направление подготовки: *49.03.01 Физическая культура*

Направленность (профиль): *Физкультурно-оздоровительная деятельность*

Форма обучения: очная

Автор (ы) ФОС: к.п.н., доцент Агеева Г.Ф.

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «21» марта 2019 года  
Протокол № 10.

Казань-2020

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<b>УК-7</b> – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Знания:</b> - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре.
<b>ОПК-1</b> – Способен планировать содержание занятий с учетом положений теорий физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Знания:</b> - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.
<b>ОПК-2</b> – Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Знания:</b> - методики массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта.
<b>ОПК-3</b> – Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Знания:</b> - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы реализации

<p>физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.</p>		<p>здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях;</li> <li>- способы реализации здоровья формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности</li> </ul>
<p><b>ОПК-4</b>–Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю развития и современное состояние ИВС;</li> <li>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС</li> <li>- цель, задачи и содержание курса ИВС;</li> <li>- технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- средства и методы технико-тактической подготовки в ИВС;</li> <li>-методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>-средства и методы физической подготовки в ИВС.</li> </ul>
<p><b>ОПК-7</b> –. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Знания:</b></p> <p>факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и</p>

	организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	спортивной деятельности.; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера
<b>ОПК-9</b> - Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Знания:</b> - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека
<b>ОПК-13</b> – Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Знания:</b> - методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - положение или регламент и расписание спортивных соревнований; - правила избранного вида спорта, условия их выполнения, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий для избранных видов спорта, - виды и организацию соревнований в ИВС
<b>ОПК – 14</b> – Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и	<b>Знания:</b> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и

процесса.	спорта»	образовательному процессам; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации
<p><b>ПК-9</b> - Способен планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия, - организовывать досуговую деятельность и активный отдых в организациях различного типа</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Знания:</b> основы организации здорового образа жизни; - передовой опыт организации физкультурно-спортивного праздника соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера</p>
<p><b>ПК-10</b> - Способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Знания:</b> гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности; -программу спортивной подготовки по избранному виду спорта (спортивной дисциплине); - особенности построения процесса спортивной подготовки в избранном виде спорта; - содержание спортивной тренировки в избранном виде спорта; - федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта фитнес-аэробика; - основы планирования и реализации тренировочного и методического процессов;</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде спорта, правила техники безопасности при их выполнении;</li> <li>- общие и специальные санитарно- гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий с учетом спортивной специализации;</li> <li>- порядок составления отчетной документации по проведению тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся;</li> <li>- основные принципы и методы спортивного отбора, методы выявления способностей, отвечающих требованиям специфики избранного вида спорта;</li> <li>- основы формирования образовательной среды, организации и реализации образовательного процесса;</li> <li>- определять цели, задачи и содержание тренировочного и образовательного процессов в образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;</li> <li>- разрабатывать</li> </ul>
--	--	---



		<p>методическую документацию по проведению тренировочного процесса в виде профессиональных образовательных программ по видам спорта, культивируемым в образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы календарного и сетевого планирования;</li> <li>- этические нормы в области физической культуры и спорта</li> </ul>
<p><b>УК-7</b> – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;</li> <li>- определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;</li> </ul>
<p><b>ОПК-1</b> – Способен планировать содержание занятий с учетом положений теорий физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомоморфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;</li> <li>- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- определять цель, задачи,</li> </ul>

		<p>осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li> <li>- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС;</li> <li>- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебнотренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;</li> </ul>
<p><b>ОПК-2</b> – Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять биомеханические характеристики тела человека и его движений;</li> </ul>
<p><b>ОПК-3</b> – Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;</li> <li>- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей</li> </ul>

		<p>обучающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся</li> </ul>
<p><b>ОПК-4</b> - Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения;</li> <li>- объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС;</li> <li>- определять и исправлять ошибки в технике выполнения упражнений в ИВС;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию ИВС;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС;</li> <li>- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными</li> </ul>

		<p>приборами на занятиях по ИВС;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки</li> </ul>
<p><b>ОПК-7</b> - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий;</li> </ul>
<p><b>ОПК-9</b> - Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся;</li> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС.</li> </ul>
<p><b>ОПК 13</b> - Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</li> <li>- определять требования к месту, времени проведения, ресурсному</li> </ul>

		<p>обеспечению спортивного соревнования, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</p> <p>- составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу.</p>
<p><b>ОПК-14</b> - Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <p>- определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов</p>
<p><b>ПК-9</b> - Способен планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия, - организовывать досуговую деятельность и активный отдых в организациях различного типа</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <p>- планировать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья;</p> <p>- составлять программы и планы мероприятий по поддержанию здоровья, определять их цели и задачи</p>
<p><b>ПК-10</b> - Способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Умения:</b></p> <p>- вести отчетную документацию по разработке программ и планов тренировочных занятий занимающихся избранном виде спорта;</p> <p>- планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом требований федерального стандарта</p>

		<p>спортивной подготовки по избранному виду спорта, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста,</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий избранном виде спорта;</li><li>- использовать существующие планы и программы работы спортивных секций;</li><li>- подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся избранном виде спорта;</li><li>- использовать спортивное оборудование и инвентарь, применяемые в занятиях по общей физической и специальной подготовке в избранном виде спорта.</li></ul>
--	--	--

<p><b>УК-7</b> - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Навыки:</b> - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности;</p>
<p><b>ОПК-1-</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теорий физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Навыки:</b> - - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>
<p><b>ОПК-2</b> - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Навыки:</b> - - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС;</p>
<p><b>ОПК-3</b> - Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Навыки:</b> - - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной</p>

		организации.
<b>ОПК-4</b> - Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Навыки:</b> - выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС; - проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.
<b>ОПК-7</b> - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Навыки:</b> - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях
<b>ОПК-9</b> - Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Навыки:</b> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС;
<b>ОПК-11</b> - Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»	<b>Навыки:</b> - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики,



		<p>планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения научно</li> <li>- исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы;</li> </ul>
<p><b>ОПК-13</b> - Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовки положения о соревновании;</li> <li>- участия в судействе спортивных соревнований по ИВС.</li> </ul>
<p><b>ОПК-14</b> - Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.</li> </ul>
<p><b>ПК-9</b> - Способен планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия, организовывать досуговую деятельность и активный отдых в организациях различного типа</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведение общеукрепляющих и оздоровительных мероприятий по поддержанию здоровья;</li> <li>- составление отчетной документации при проведении мероприятий по поддержанию здоровья, определять их</li> </ul>

<p><b>ПК-10</b> - Способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание</p>	<p>05.005 ПС «Инструктор-методист» 05.008. ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</p>	<p>цели и задачи;</p> <p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять задачи тренировочных занятий;</li> <li>- выбора оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок;</li> <li>- подбора средств, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки;</li> <li>- формирования содержания тренировочного занятия;</li> <li>- контроля готовности занимающихся к тренировочному занятию;</li> <li>- анализа плана тренировочного занятия, выбора формы проведения тренировочного занятия;</li> <li>- корректирования цикла тренировки по результатам тестирования физической и функциональной подготовленности занимающегося;</li> <li>- разработки плана проведения занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы;</li> </ul>
--	--	---

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения занятий по физическому воспитанию, тренировочного занятия по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы;</li> <li>- регулирования физической нагрузки обучающихся, занимающихся;</li> <li>- уметь составлять отчетную документацию по проведению тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся.</li> </ul>
--	--	--

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 5 модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	УК –7	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК – 1, 3	Практическая работа, тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10

<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	УК-7	Практическая работа,	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-3, 14	Практическая работа, тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 3.</b>	УК –7	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ПК 9	Практическая работа, тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 4.</b>	УК-7	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ПК 9, 10	Практическая работа, тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
------------------------	--------------------------------	--------------------	-------------------------------------	--

<b>МОДУЛЬ 5.</b>	УК –7	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК – 1, 3, 14 ПК 9, 10	Практическая работа, тестпирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА МОДУЛЬ</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>

### Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
УК-7, ОПК-3	Экзамен	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

### Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности
--	-------------------------

	компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

*Образцы*

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
УК-7	<b>Знания</b> основ планирования и проведения занятий по физической культуре	<b>Занятия по физической культуре имеют следующую форму проведения:</b> А) урочную, Б) внеурочную В) самостоятельную
УК-7	<b>Умения:</b>	<b>Что подразумевается под</b>

	определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;	<b>нагрузкой?</b> А) интенсивность Б) амплитуда В) скорость выполнения Г) чсс Д) время Е) все вышеперечисленное
УК-7	<b>Навыки:</b> – планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности	Какими знаниями должен обладать инструктор по фитнесу? А) знаниями в области анатомии, Б) знаниями в области физиологии, В) знаниями в области проведения оздоровительной тренировки, Г) всеми перечисленными навыками

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Составление комплексов упражнений, а так же из оценка влияния на организм занимающихся.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Темы докладов и презентаций

11. Функция планирования в деятельности тренера, инструктора, методиста: цель, задачи. Перечислите основные документы планирования.

12. Охарактеризуйте виды оздоровительных тренировок

13. Раскройте принципы оздоровительной тренировки. Какими видами контроля необходимо учитывать при проведении оздоровительной тренировки?

14. Дайте характеристику средствам и методам оценки физической подготовленности.

15. Перечислите методы тестирования физической подготовленности.



## Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Доклад / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
УК-7	<b>Знания</b> методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основ планирования и проведения занятий по физической культуре;	10. Дайте определение физическим качествам. 11. Перечислите сенситивные периоды развития физических качеств. 12. Дайте определение методике обучения двигательных действий. 13. Опишите алгоритм составления оздоровительной тренировки.

УК-3	<p><b>Умения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;</li> <li>-определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Опишите планирование оздоровительной тренировки для мужчины, с ночным режимом работы.</li> <li>2. Опишите приемы определения физической нагрузки.</li> </ol>
ОПК-1	<p><b>Навыки</b> оставления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составьте оздоровительную тренировку для мужчины, с ночным режимом работы.</li> <li>2. Проведите оздоровительное мероприятие в режиме учебного дня в образовательной организации.</li> </ol>

--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программе  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА:  
ГИМНАСТИКА

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность

Форма обучения: \_\_\_\_\_ очная \_\_\_\_\_

Автор (ы) ФОС: к.п.н., доцент Лопатин Л.А., ст. преподаватель Шамгуллина Г.Р., ст. преподаватель Косулина В.В.

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «7» марта 2019 года  
Протокол № 8.

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

## ГИМНАСТИКА

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p><i>ОПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i></p>	<p><b>ПС 05.005 «Инструктор-методист»</b>  <b>E/02.6</b>  <b>F/03/6</b>  <b>ПС 05.003 «Тренер»</b>  <b>C/01.6</b></p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике</li> <li>- содержания и правила оформления конспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики</li> <li>- терминологию и классификацию в гимнастике</li> <li>- правила и организация соревнований в гимнастике</li> <li>- способы оценки результатов обучения в гимнастике</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятия по гимнастике;</li> <li>- анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики;</li> <li>- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики;</li> </ul>

<p><i>ОПК-3</i>  Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p><b>ПС 05.005 «Инструктор-методист»</b>  <b>E/02.6</b>  <b>F/03/6</b>  <b>ПС 05.003 «Тренер»</b>  <b>C/01.6</b></p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю и современное состояние гимнастики их место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- значение и виды гимнастики как базового вида спорта;</li> <li>- воспитательные возможности занятий гимнастикой;</li> <li>- терминологию гимнастики;</li> <li>- средства гимнастики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;</li> <li>- основы обучения гимнастическим упражнениям;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию гимнастики;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства гимнастики с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике;</li> <li>- использовать средства гимнастики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);</li> <li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики;</li> <li>- организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений;</li> <li>- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении</li> </ul>
---	---	---

		<p>средств гимнастики;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике и определять ошибки в технике;</li> <li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике и подбирать приемы и средства для их устранения;</li> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по гимнастике;</li> <li>- использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов;</li> <li>- владения командным голосом и гимнастической терминологией при объяснении и описании любых гимнастических упражнений;</li> <li>- владения гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений;</li> <li>- оказания страховки и помощи занимающимся при обучении гимнастическим упражнениям;</li> <li>- быстрого и рационального управления и организации (размещения, перемещения) группы занимающихся в зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения фрагмента урока (урока) физической культуры с использованием средств гимнастики;</li> <li>- проведения урока (фрагмента урока) физической культуры с использованием средств гимнастики;</li> <li>- проведения физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) (фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия) с использованием средств гимнастики.</li> </ul>
--	--	---

<p><i>ОПК-7</i> Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p><b>ПС 05.005 «Инструктор-методист»</b> <b>E/02.6</b> <b>F/03/6</b> <b>ПС 05.003 «Тренер»</b> <b>C/01.6</b></p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</li> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой;</li> <li>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике.</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике;</li> <li>- особенности занятий гимнастикой с учащимися различных медицинских групп;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i> обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике;</p>
--	---	--

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<p align="center"><b>МОДУЛЬ 1.</b></p>	<p align="center">ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7</p>	<p align="center">Практическая работа Устный ответ</p>	не аттестован	4 и менее
			низкий	5 – 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10



		Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7	Практическая работа Устный ответ	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
		Практическая работа Устный ответ	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

#### Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7	Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

#### Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован	50 и менее

	Низкий	51 – 65
	Средний	66 – 84
	Высокий	85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 2-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Не зачтено	Не аттестован
51 – 65	зачтено	Низкий уровень
66 – 84	зачтено	Средний уровень
85 – 100	зачтено	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОПК-1	<i>Знает:</i> содержание и правила оформления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся	<p><b>1. ГИМНАСТИЧЕСКАЯ ТЕРМИНОЛОГИЯ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Значение терминологии.</li> <li>2. Что такое гимнастическая терминология.</li> <li>3. Что нужно понимать под термином.</li> <li>4. Требования, предъявляемые к терминологии.</li> <li>5. Способы образования терминов.</li> <li>6. На какие группы делятся термины.</li> <li>7. В каких случаях допускается сокращение терминов: «спереди», «вперед», «туловище», «нога», «поднять», «опустить».</li> <li>8. В каких случаях допускается сокращение терминов: «ладони внутрь», «ладони книзу», «дугами вперед», «исходное положение».</li> </ol> <p><b>2. ТЕРМИНЫ ОРУ И ВОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Перечислить основные плоскости, в которых выполняются движения, и где каждая из них проходит.</li> <li>2. Перечислить промежуточные плоскости, в которых выполняются движения и где каждая из них расположена.</li> <li>3. Дать определение основной стойке и что характерно для стойки ноги врозь.</li> <li>4. Какими признаками характеризуется строевая (основная) стойка и в каких случаях ее должны принимать</li> </ol>

занимающиеся.

5. Дать определение широкой и узкой стойке ноги врозь.
6. Дать определение стойке ноги врозь правой и скрестно правой.
7. Дать определение сомкнутой стойке и стойке на коленях.
8. Дать определение седу и полуприседу.
9. Дать определение выпаду и наклону.
10. Дать определение упору лежа и упору сзади.
11. Дать определение упору боком и упору лежа на бедрах.
12. Дать определение упору на коленях и упору присев.
13. Дать определение седу, седу углом, седу с захватом.
14. По отношению к чему указывается положение конечностей и движения ими.
15. Перечислить положение прямых рук в лицевой плоскости.
16. Перечислить положение прямых рук в боковой плоскости.
17. Перечислить основные положения с согнутыми руками.
18. Перечислить основные положения с согнутыми ногами.
19. Что такое равновесие. Указать не менее трех разновидностей.

### **3. ТЕРМИНЫ УПРАЖНЕНИЙ НА СНАРЯДАХ**

1. Дать определение хвату и какие хваты применяются.
2. Дать определение вису и какие висы различают.
3. Дать определение упору и какие упоры различают.
4. Дать определение подъему и спаду.
5. Дать определение опусканию, обороту и повороту.
6. Дать определение маху и размахиванию.
7. Дать определение маху дугой, выкруту и соскоку.

### **4. ТЕРМИНЫ АКРОБАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ**

1. Что такое перекат, перечислить его разновидности.
2. Что такое группировка. Перечислить ее разновидности.
3. Дать определение кувырку, перечислить

его разновидности.

4. Дать определение перевороту, перечислить его разновидности.
5. Дать определение перевороту назад, рондату и курбету.
6. Дать определение подъему разгибом и сальто.
7. Дать определение шпагату и полушпагату.

#### **5 . ПРАВИЛА И ФОРМЫ ЗАПИСИ УПРАЖНЕНИЙ**

1. Что надо указывать при записи отдельного общеразвивающего упражнения.
2. Какой существует порядок записи нескольких движений, выполняемых различными частями тела одновременно.
3. В какой последовательности записываются несколько движений, выполняемых неодновременно.
4. Назначение запятой, союза «и», предлога «с» при записи упражнений.
5. Какой последовательности необходимо придерживаться при записи вольных упражнений.
6. Что и в какой последовательности необходимо указывать при записи упражнений на снарядах.
7. Перечислить основные формы записи гимнастических упражнений.
8. В каких случаях пользуются обобщенной записью гимнастических упражнений.

#### **6. ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

1. Что называются общеразвивающими упражнениями.
2. Назначение ОРУ.
3. С какими предметами могут выполняться ОРУ.
4. Особенности ОРУ.
5. Какими путями можно повысить интенсивность мышечных напряжений при выполнении ОРУ.
6. Какой признак положен в основу классификации ОРУ, перечислить упражнения, входящие в эту классификацию.
7. Перечислить методы воспитания силы с помощью ОРУ.
8. При каких условиях выполнения ОРУ

		<p>создается изометрический режим работы мышц и для какого контингента лиц он рекомендуется.</p> <p>9. Сущность метода динамических усилий и для кого он наиболее целесообразен.</p> <p>10. В чем состоит смысл воспитания силы комбинированным методом и какова продолжительность паузы после каждой серии и сколько раз повторяются все серии.</p> <p>11. Перечислить методы воспитания гибкости ОРУ.</p> <p>12. Сущность метода активных движений для воспитания гибкости и какие требования при этом нужно соблюдать.</p> <p>13. Сущность метода пассивных действий для воспитания гибкости и какие требования при этом нужно соблюдать.</p> <p>14. При каких условиях мышцы лучше всего растягиваются.</p> <p>15. Перечислить условия для формирования правильной осанки и исправления.</p> <p>16. Что нужно учитывать при составлении комплекса ОРУ.</p> <p>17. Какими соображениями нужно руководствоваться при подборе ОРУ для включения их в комплекс.</p> <p>18. Какова схема построения комплекса ОРУ.</p> <p>19. Перечислить способы обучения ОРУ.</p>
ОПК-3	<p><i>Знает:</i>  Средства гимнастики применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;  основы обучения гимнастическим упражнениям, значение и виды гимнастики как основного базового вида спорта;  гимнастическую терминологию;  приемы помощи и страховки при</p>	<p><b>7. ВВЕДЕНИЕ В ПРЕДМЕТ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать определение понятию «Гимнастика».</li> <li>2. Задачи гимнастики.</li> <li>3. Средства гимнастики.</li> <li>4. Что такое строевые упражнения, воспитанию каких качеств они содействуют.</li> <li>5. С какой целью применяются ОРУ и какое воздействие они оказывают на организм занимающихся.</li> <li>6. Перечислить прикладные упражнения.</li> <li>7. Основное назначение упражнений на снарядах.</li> <li>8. Перечислить методические особенности гимнастики.</li> <li>9. Перечислить виды гимнастики.</li> <li>10. Перечислить общеразвивающие виды гимнастики.</li> </ol>

	<p>проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики; способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>11. Перечислить спортивные виды гимнастики.</li> <li>12. Перечислить оздоровительные виды гимнастики.</li> <li>13. Перечислить пластико-ритмические виды гимнастики.</li> <li>14. Перечислить спортивно-атлетические виды гимнастики.</li> <li>15. Перечислить культовые виды гимнастики.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>8. СТРОЕВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать определение строю, шеренге, флангу и ширине строя.</li> <li>2. Дать определение фронту, интервалу, тыльной стороне строя и глубине строя.</li> <li>3. Дать определение двухшереножному строю и ряду.</li> <li>4. Что такое сомкнутый и разомкнутый строй.</li> <li>5. Что такое колонна и дистанция</li> <li>6. На какие части подразделяется команда и как они подаются.</li> <li>7. Каковы особенности подачи команды в зависимости от величины строя.</li> <li>8. Как следует понимать термины «влево», «налево» при указании направления движения.</li> <li>9. Перечислить методы, которыми пользуются при обучении строевым упражнениям.</li> <li>10. Какие команды относятся к строевым приемам.</li> <li>11. Команды для изменения характера передвижения, изменения длины шага и скорости движения.</li> <li>12. Какие подаются команды для изменения направления движения.</li> <li>13. Команды для движения в обход, в какой части зала подается исполнительная часть этой команды.</li> <li>14. Что такое противход, команды для движения противходом.</li> <li>15. Что такое «змейка», по какому признаку определяется ее величина, команда для движения «змейкой».</li> <li>16. Команда для построения в шеренгу и где выстраивается группа, то же в колонну по одному.</li> <li>17. Какие действия выполняют занимающиеся при построении в одну шеренгу и в колонну по одному.</li> </ol>
--	---	---

18. Команды для перестроения из одной шеренги в две и обратно, то же в три и обратно.
19. Команды для перестроения из шеренги уступом (по расчету 9-6-3 на месте), обратно, как и до какого момента следует считать при обратном перестроении.
20. Команды для перестроения из шеренги в колонну захождением отделений плечом и обратно.
21. Команды для перестроения из одной колонны в три уступом и обратно.
22. Команды для перестроения из колонны по одному в колонну по два (три и т.д.) поворотом в движении и обратно.
23. Команды для перестроения из колонны по одному в колонну по два (четыре, восемь) дроблением и обратно расхождением и сведением.
24. Команды для размыкания и смыкания по строевому уставу, как, до каких пор следует считать.
25. Команды для размыкания и смыкания приставными шагами.

**9. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ  
ГИМНАСТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ  
И МЕТОДИКЕ ИХ ОБУЧЕНИЯ**

1. Особенности практических методов обучения в гимнастике.
2. Характеристика методических приемов обучения гимнастическим упражнениям.
3. Структура обучения в гимнастике.
4. Структура гимнастических упражнений.
5. Техника и технология обучения кувырку назад.
6. Какое упражнение можно использовать для проверки технической готовности, приступая к обучению перевороту боком в акробатике.
7. Из какого исходного положения следует начинать обучение кувырку вперед.
8. Перечислите фазы опорного прыжка.
9. Какие упражнения для проверки технической готовности нужно использовать, обучая кувырку вперед.
10. Какие основные технические ошибки встречаются при выполнении стойки на руках.
11. Какие методические приемы используются для создания представления о техническом элементе.
12. Техника и технология обучения

		<p>опорному прыжку согнув ноги.</p> <p>13. Техника и технология обучения опорному прыжку ноги врозь.</p> <p>14. Техника и технология обучения обороту назад в упоре.</p> <p>15. Техника и технология обучения стойке на голове и руках.</p> <p>16. Техника и технология обучения простым и смешанным висам на различных снарядах.</p>
ОПК-7	<p><i>Знает:</i></p> <p>санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой; особенности занятий гимнастикой с учащимися различных медицинских групп</p> <p>внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики;</p>	<p><b>10 . МЕСТА ЗАНЯТИЙ И ИХ ОБОРУДОВАНИЕ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Гигиенические требования, предъявляемые к стенам, потолку и полу.</li> <li>2. Какая должна быть температура, влажность воздуха, световая площадь окон и освещенность в зале.</li> <li>3. Когда должна проводиться уборка зала.</li> <li>4. Перечислить снаряды, предназначенные для занятий основной, спортивной и другими видами гимнастики. Не менее 10 наименований.</li> <li>5. Перечислить гимнастический инвентарь. Не менее 5 наименований.</li> <li>6. Правила эксплуатации залов и оборудования.</li> <li>7. Правила поведения занимающихся в зале.</li> <li>8. Какие существуют правила размещения снарядов в зале.</li> </ol> <p><b>11 . МЕРЫ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ТРАВМ НА ЗАНЯТИЯХ ГИМНАСТИКОЙ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основные причины травматизма на занятиях гимнастикой.</li> <li>2. Меры профилактики травматизма до занятий и соревнований.</li> <li>3. Меры профилактики травматизма во время занятий.</li> <li>4. Перечислить меры по предупреждению травм.</li> <li>5. Какие разновидности физической помощи как средства предупреждения травм должны применяться при изучении гимнастических упражнений.</li> <li>6. Что должен знать и уметь страхующий.</li> <li>7. Как должен поступить тренер, если его ученик жалуется на усталость или недомогание.</li> <li>8. Перечислить признаки, по которым тренер-учитель может судить о переутомлении занимающихся в процессе занятий.</li> </ol>



		9. Правила установки матов и снарядов.
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК-1	<b>Умеет:</b> - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике в зависимости от поставленных задач.	Подобрать гимнастические упражнения для решения образовательных, развивающих, воспитательных задач урока физической культуры
	<b>Имеет опыт:</b> - планирования занятия по гимнастике.	Провести педагогический анализ проведенного фрагмента занятия по гимнастике
ОПК-3	<b>Умеет:</b> - применять методы организации учебной	1. Выбрать способ проведения в зависимости от подготовленности

	<p>деятельности на занятиях по гимнастике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- распределять на протяжении занятия гимнастические упражнения с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- показывать наглядно и правильно выполнение гимнастических упражнений;</li> <li>- использовать средства гимнастики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);</li> <li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике гимнастических упражнений, подбирать приемы и средства для их устранения.</li> </ul>	<p>занимающихся и поставленных задач занимающихся.</p> <p>2. Подобрать гимнастические упражнения для решения задач подготовительной, основной и заключительной части урока.</p> <p>3. Использовать разнообразные методы обучения гимнастическим упражнениям.</p> <p>4. Определить ошибки в технике при выполнении гимнастических упражнений, пути их исправления.</p>
	<p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбора гимнастических упражнений с учетом возраста и контингента занимающихся;</li> <li>- содержания комплексов гимнастических упражнений;</li> </ul>	<p>Составить конспект и провести комплекс упражнений для подготовительной части урока для учащихся различного возраста (по заданию)</p>
ОПК-7	<p><b>Навыки или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом.</li> </ul>	<p>Провести инструктаж по технике безопасности на занятиях различными видами гимнастики.</p>

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### 3. Вопросы для проведения тестирования (примеры)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОПК-1	<b>Знает:</b> - содержание и правила оформления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся	Что указывается в конспекте урока в графе средства? а) Упражнения, виды построений, содержание игры б) Упражнения и указания к их выполнению в) Цель выполнения упражнений и заданий г) Упражнения, необходимый для их выполнения инвентарь и команды, сопровождающие их выполнение
ОПК-3	<b>Знает:</b> - средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; основы обучения гимнастическим	Какие требования предъявляются к гимнастическим терминам? а) Доступность, точность, образность б) Краткость, точность, наглядность в) Краткость, точность, доступность г) Точность, доступность, последовательность

	<p>упражнениям, значение и виды гимнастики как основного базового вида спорта;</p> <p>гимнастическую терминологию;</p> <p>приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики;</p> <p>способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений</p>	
ОПК-7	<p><b>Знает:</b></p> <p>-санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</p> <p>- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой;</p> <p>-особенности занятий гимнастикой с учащимися различных медицинских групп</p> <p>внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</p> <p>-приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики;</p>	<p>Что относится к основным признакам утомления:</p> <p>а) снижение внимания, вялость и апатия;</p> <p>б) ухудшение качества упражнения;</p> <p>в) ухудшение настроения, истерика;</p> <p>г) нарушение координации;</p> <p>д) побледнение, дрожание конечностей.</p>

## Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

### Виды и формы отработки пропущенных занятий

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

Отработка студентом **пропущенного** занятия проводится в следующих формах: написание реферата с презентацией по теме семинара с последующим собеседованием с преподавателем (тема реферата обозначается преподавателем); самостоятельная работа студента над вопросами семинара, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем.

Форма отработки студентом пропущенного семинарского занятия выбирается преподавателем.

Если пропущено практическое занятие, то студент приходит в специально выделенное для этого время; он самостоятельно выполняет практическую работу, решает ситуационные задачи и отвечает на вопросы преподавателя. Пропущенные практические занятия отрабатываются по соответствующему разделу учебной дисциплины. Отработка засчитывается, если студент свободно оперирует терминологией, которая рассматривалась на занятии, которое подлежит отработке, отвечает развернуто на вопросы, подкрепляя материал примерами.

Студенту, имеющему право на свободное посещение занятий, выдается график индивидуальной работы.

**Реферат** – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем реферата может достигать 10-15 стр.

**Презентация** – представление студентом наработанной информации по теме реферата в виде набора слайдов, подготовленных в выбранной программе.

### Примерная тематика рефератов

1 семестр

1. Гимнастика в современной системе физического воспитания.
2. История развития гимнастики.
3. Виды гимнастики и их классификации.
4. Особенности терминологии в гимнастике.
5. Меры предупреждения травматизма на занятиях по гимнастике.
6. Страховка и помощи на занятиях по гимнастике.
7. Музыкальное сопровождение занятий по гимнастике.
8. Требования к местам проведения занятий гимнастикой и их оборудованию.
9. Особенности использования методов слова в гимнастике.
10. Особенности использования наглядных методов обучения в гимнастике.
11. Строевые упражнения как средство гимнастики.
12. Общеразвивающие упражнения как средство гимнастики.
13. Методика проведения общеразвивающих упражнений.
14. Прикладные упражнения как средство гимнастики.
15. Вольные упражнения как средство гимнастики.

16. Меры предупреждения травм на занятиях по гимнастике.
17. Гимнастические залы и оборудование для занятий гимнастикой.

## 2 семестр

1. Особенности практических методов обучения в гимнастике.
2. Характеристика методических приемов обучения гимнастическим упражнениям.
3. Структура гимнастических упражнений.
4. Структура обучения в гимнастике.
5. Планирование учебно-тренировочного процесса гимнастов.
6. Характеристика физической подготовки гимнастов.
7. Особенности развития силы в гимнастике.
8. Особенности развития гибкости в гимнастике.
9. Особенности воспитания выносливости в гимнастике.
10. Особенности воспитания скоростных качеств в гимнастике.
11. Упражнения на брусьях как средство гимнастики.
12. Упражнения на коне как средство гимнастики.
13. Упражнения на перекладине как средство гимнастики.
14. Упражнения на кольцах как средство гимнастики.
15. Упражнения на брусьях разной высоты как средство гимнастики.
16. Упражнения на бревне как средство гимнастики.
17. Прыжки как средство гимнастики.
18. Акробатические упражнения как средство гимнастики.
19. Анализ техники выполнения и методика обучения опорным прыжкам.
20. Характеристика упражнений художественной гимнастики.
21. Анализ техники выполнения и методика обучения гимнастического упражнения по выбору.
22. Характеристика раздела «Гимнастика» в программе по физической культуре.
23. Характеристика урока гимнастики в школе.
24. Особенности урока гимнастики в общеобразовательной школе.
25. Регулирование функциональной и психической нагрузки на уроке гимнастики.
26. Характеристика секционных занятий по гимнастике в школе.
27. Подготовка, проведение массовых школьных соревнований по гимнастике.

### **Критерии оценки:**

#### ***Пороговый уровень:***

Реферат – основные требования к выполнению реферата выполнены, но имеются неточности в изложении материала, отсутствует логическая последовательность в повествовании, не выдержан объем реферата, имеются упущения в оформлении, на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Презентация - соответствует теме доклада, содержание слайдов дополняет доклад, но не дублирует его в текстовом формате, нет единого стиля оформления, материал реферата недостаточно полно иллюстрирован.

### **3. Вопросы для проведения промежуточной аттестации (тестирование)**

#### *Образцы*

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОПК-1	<b>Знает:</b>	1. Основным предназначением подготовительной

	- содержание и правила оформления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся	части урока является: а) Подготовка занимающихся к успешному решению задач основной части урока б) Обучение, воспитание, оздоровление в) Деление занимающихся на группы по полу и уровню подготовленности г) Снижение физической и психологической нагрузки
ОПК-3	<b>Знает:</b> - средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; основы обучения гимнастическим упражнениям, значение и виды гимнастики как основного базового вида спорта; гимнастическую терминологию; приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики; способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений	1. Какие термины относятся к дополнительным? а) Стоя, сидя, присев, согнувшись б) Стойка, вис, упор, выпад в) Подъем, наклон, поворот г) Переворот, сальто, оборот 2. Из каких частей состоит любая команда? а) Подготовительной и заключительной б) Предварительной и основной в) Предварительной, паузы и исполнительной г) Подготовительной, паузы и исполнительной
ОПК-7	<b>Знает:</b> - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой; - особенности занятий	1. В какой последовательности требуется исправлять ошибки? а) Сначала значительные (в деталях техники), затем грубые (в основе техники) б) Сначала грубые (в основе техники), затем значительные (в деталях техники) в) Последовательность не имеет значения г) Лучше исправлять все ошибки одновременно 2. Какая из задач соответствует оздоровительной? а) Развивать динамическую силу мышц рук и брюшного пресса для выполнения гимнастических упражнений б) Совершенствовать выполнение прыжка

	гимнастикой с учащимися различных медицинских групп внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; -приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики;	согнув ноги через коня в ширину в) Воспитывать бережное отношение к гимнастическому инвентарю и оборудованию г) Формировать правильную осанку
--	--	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 2-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Не зачтено	Не аттестован
51 – 65	зачтено	Низкий уровень
66 – 84	зачтено	Средний уровень
85 – 100	зачтено	Высокий уровень

### Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50



Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100
--	---	---

**Приложение**  
Приложение к рабочей программы  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**  
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА:  
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): *Физкультурно-оздоровительная деятельность*

Форма обучения: очная

Автор (ы) программы: к.б.н., доцент Павлов С.Н.

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «7» марта 2019 года  
Протокол № 8.

Казань-2020

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p>ОПК-1 способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение А/02.6 Воспитательная деятельность А/03.6 Развивающая деятельность</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- биомеханику статических положений и различных видов движений человека;</li> <li>- положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li> <li>- методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организация образовательного процесса в образовательных организациях (дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования);</li> <li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по легкой атлетике;</li> <li>- содержания и правила оформления конспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств легкой атлетики;</li> <li>- терминологию и классификацию в легкой атлетике;</li> <li>- правила и организация соревнований в легкой атлетике;</li> <li>- способы оценки результатов обучения в легкой атлетике;</li> <li>- терминология, классификация и общая характеристика спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- средства и методы технико-тактической подготовки в ИВС;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по легкой атлетике;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по легкой атлетике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей легкой атлетики;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по легкой атлетике;</li> <li>- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятия по легкой атлетике;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> </ul>
<p>ОПК-3 способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и</p>	<p>А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение  А/02.6 Воспитательная деятельность  А/03.6 Развивающая деятельность</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю и современное состояние легкой атлетики, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- значение и виды легкой атлетики как базовых видов спорта;</li> <li>- воспитательные возможности</li> </ul>

<p>приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>		<p>занятий легкой атлетикой;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологию легкой атлетики;</li> <li>- основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты));</li> <li>- методики обучения технике легкоатлетических упражнений;</li> <li>- методики развития физических качеств средствами легкой атлетики;</li> <li>- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой;</li> <li>- правила и организацию соревнований в легкой атлетике;</li> <li>- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по легкой атлетике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию легкой атлетики;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства легкой атлетики с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике;</li> <li>- использовать средства легкой атлетики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-</li> </ul>
--	--	---

		<p>необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств легкой атлетики;</li> <li>- организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики;</li> <li>- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств легкой атлетики;</li> <li>- оценивать качество выполнения упражнений в легкой атлетике и определять ошибки в технике;</li> <li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в легкой атлетике подбирать приемы и средства для их устранения;</li> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по легкой атлетике;</li> <li>- использовать существующие методики проведения соревнований по легкой атлетике проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по легкой атлетике;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение контрольных нормативов по видам легкой атлетики;</li> <li>- практической демонстрации</li> </ul>
--	--	--

		<p>общеподготовительных и специальноподготовительных легкоатлетических упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования и проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li> <li>- планирования и проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li> <li>- планирования и проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;</li> <li>- планирования, организации и проведения спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий при участии педагогических работников образовательной организации;</li> <li>- развития жизненно важных физических способностей средствами и методами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- формирования основ физкультурных знаний;</li> <li>- реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- нормирования и регулирования нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>- применения методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся;</li> <li>- применения методов контроля и анализа эффективности проведения занятий.</li> </ul>
<p>ОПК-7 способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую</p>	<p>А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение  А/02.6 Воспитательная деятельность  А/03.6 Развивающая деятельность</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены</li> </ul>

доврачебную  
помощь

спортивной одежды и обуви;

- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде.
- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;
- санитарно-гигиенические требования к занятиям легкой атлетикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;
- факторы и причины травматизма в процессе занятий легкой атлетикой;
- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств легкой атлетики;

*Умеет:*

- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);
- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по легкой атлетике;
- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по легкой атлетике;
- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;
- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.

*Имеет опыт:*



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;</li> <li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li> <li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом.</li> <li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li> <li>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li> <li>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</li> <li>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</li> </ul>
--	--	--

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе  
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
			не аттестован низкий средний высокий	0 1 2 3
<b>МОДУЛЬ 1.</b> 1. Анализ техники и методика обучения бегу на короткие дистанции	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Бег 100 м	не аттестован низкий средний высокий	0 1 2 3
2. Анализ техники и методика обучения бегу на средние дистанции	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Бег 800, 1500 м	не аттестован низкий средний высокий	0 1 2 3
3. Анализ техники и методика обучения бегу на длинные дистанции	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Бег 2000, 3000 м	не аттестован низкий средний высокий	0 1 2 3
4. Анализ техники и методика обучения спортивной ходьбы	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	с\х 1000, 1500м	не аттестован низкий средний высокий	0 1 2 3
5. Специально беговые упражнения	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени, бег прыжками, бег семенящим шагом	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1 2

6. Подготовительная часть урока по легкой атлетике	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Подготовка план конспекта и проведение вводно-подготовительной части урока по легкой атлетике	не аттестован низкий средний высокий	0 1 3 6
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b> 1. Анализ техники и методика обучения эстафетного бега	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Эстафетный бег 4X100м	не аттестован низкий средний высокий	0 1 2 3
2. Анализ техники и методика обучения техники прыжка в высоту способом «перешагивание»	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	не аттестован низкий средний высокий	0 1 2 3
3. Анализ техники и методика обучения прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	не аттестован низкий средний высокий	0 1 2 3
4. Анализ техники и методика обучения метания гранаты с разбега	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Метание гранаты с разбега.	не аттестован низкий средний высокий	0 1 2 3
5. Урок по легкой атлетике	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Подготовка план конспекта и проведение урока по легкой атлетике	не аттестован низкий средний высокий	0 2 4 8
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному				<b>10</b>

журналу:	
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>	<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2. ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Контрольные упражнения
ОПК-1	<p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-определять (подбирать) и дозировать средства базовых видов легкой атлетики в зависимости от поставленных задач;</li> <li>-решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по базовым видам легкой атлетики</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-составления комплекса упражнений по базовым видам легкой атлетики с учетом возраста и контингента занимающихся;</li> <li>-проведения анализа по подбору комплекса упражнений по базовым видам легкой атлетики с учетом возраста и контингента занимающихся;</li> <li>-проведения физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) (фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия) с использованием средств легкой атлетики.</li> </ul>	<p>Бег 100 м Бег 800, 1500 м Бег 2000, 3000 м с\х 1000, 1500м Бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени, бег прыжками, бег семенящим шагом Подготовка плана конспекта и проведение вводно-подготовительной части урока по легкой атлетике Эстафетный бег 4X100м Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание» Метание гранаты с разбега.</p>
ОПК-3	<p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-применять методы организации учебной деятельности на занятиях по базовым видам легкой атлетики, с учетом материально-технических</li> </ul>	<p>Подготовка плана конспекта и проведение урока по легкой атлетике</p>

	<p>возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по базовым видам легкой атлетики в зависимости от поставленных задач;</li><li>-использовать в своей деятельности терминологию легкой атлетики;</li><li>-распределять на протяжении занятия средства легкой атлетики, с учетом их влияния на организм занимающихся;</li><li>-показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в базовых видах легкой атлетики;</li><li>-использовать средства легкой атлетики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);</li><li>-использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем на занятиях физической культурой с использованием средств легкой атлетики;</li><li>-организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения средств легкой атлетики;</li><li>-определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике базовых видов легкой атлетики подбирать приемы и средства для их устранения.</li></ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li><li>-владения техникой двигательных действий;</li></ul>	
--	---	--

ОПК-7	<p>-подбора средств легкой атлетики с учетом возраста и контингента занимающихся;</p> <p>-проведения фрагмента урока по легкой атлетике;</p> <p>-проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств легкой атлетики с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся.</p> <p>- практической демонстрации общеподготовительных и специально подготовительных легкоатлетических упражнений;</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>-обеспечивать безопасное выполнение средств легкой атлетики</p> <p>-организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения средств легкой атлетики.</p> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <p>-проведения фрагмента урока по оказанию эффективных приемов помощи и страховки при обучении базовым видам легкой атлетики;</p> <p>-проведения фрагмента урока по организации группы занимающихся в зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения фрагмента урока по легкой атлетике.</p> <p>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом.</p>	
-------	---	--

Проведение подготовительной части урока и целого урока по легкой атлетике

Образовательные задачи урока по легкой атлетике.

№	Задачи	ФИО	Учебная группа
1	1. Разучить технику бега на короткие дистанции по прямой.		

	<p>2. Совершенствовать технику старта и стартового ускорения в беге на средние дистанции.</p> <p>3. Развитие ловкости.</p>		
2	<p>1. Разучить технику бега по повороту.</p> <p>2. Совершенствовать технику стартового ускорения в беге на короткие дистанции.</p> <p>3. Развитие быстроты реакции.</p>		
3	<p>1. Разучить технику низкого старта.</p> <p>2. Повторить технику стартового ускорения в беге на короткие дистанции.</p> <p>3. Развитие быстроты.</p>		
4	<p>1. Разучить технику спортивной ходьбы.</p> <p>2. Совершенствовать технику бега с низкого старта.</p> <p>3. Развитие специальной выносливости.</p>		
5	<p>1. Разучить технику старта и стартового ускорения на повороте в беге на короткие дистанции.</p> <p>2. Совершенствовать технику бега на средние дистанции.</p> <p>3. Развитие гибкости.</p>		
6	<p>1. Разучить технику бега с низкого старта.</p> <p>2. Повторить технику спортивной ходьбы.</p> <p>3. Развитие скоростно-силовых способностей.</p>		
7	<p>1. Разучить технику бега на средние дистанции.</p> <p>2. Повторить технику бега на короткие дистанции по прямой.</p> <p>3. Развитие быстроты.</p>		
8	<p>1. Разучить технику старта и стартового ускорения в беге на средние дистанции.</p> <p>2. Совершенствовать технику спортивной ходьбы.</p> <p>3. Развитие скоростно-силовых способностей.</p>		
9	<p>1. Разучить технику бега по повороту.</p> <p>2. Повторить технику передачи эстафетной палочки на высокой скорости без учета зоны передачи.</p> <p>3. Развитие скоростно-силовых способностей.</p>		
10	<p>1. Разучить технику финиширования.</p> <p>2. Повторить технику старта, стартового ускорения и бега по дистанции в спринте.</p> <p>3. Развитие общей выносливости.</p>		
11	<p>1. Разучить технику бега с низкого старта в</p>		



	<p>эстафете.</p> <p>2. Совершенствовать технику финиширования.</p> <p>3. Развитие ловкости.</p>		
12	<p>1. Разучить технику передачи эстафетной палочки.</p> <p>2. Повторить технику бега по повороту.</p> <p>3. Развитие силы.</p>		
13	<p>1. Разучить технику передачи эстафетной палочки на высокой скорости без учета зоны передачи.</p> <p>2. Совершенствовать технику разбега в прыжках в высоту способом «перешагивание».</p> <p>3. Развитие скоростно-силовых способностей.</p>		
14	<p>1. Разучить технику отталкивания в прыжках в высоту с разбега способом «перешагивание».</p> <p>2. Совершенствовать технику бега на короткие дистанции по прямой.</p> <p>3. Развитие гибкости.</p>		
15	<p>1. Разучить технику разбега и отталкивания в прыжках в высоту способом «перешагивание».</p> <p>2. Совершенствовать технику эстафетного бега.</p> <p>3. Развитие гибкости.</p>		
16	<p>1. Разучить технику передачи эстафетной палочки на высокой скорости с учетом зоны передачи.</p> <p>2. Совершенствовать технику отталкивания в сочетании с разбегом в прыжках в высоту способом «перешагивание».</p> <p>3. Развитие скоростной выносливости.</p>		
17	<p>1. Разучить технику полета в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги».</p> <p>2. Повторить технику передачи эстафетной палочки на высокой скорости с учетом зоны передачи.</p> <p>3. Развитие быстроты.</p>		
18	<p>1. Разучить технику бега на короткие дистанции по прямой.</p> <p>2. Совершенствовать технику передачи эстафетной палочки на максимальной скорости без учета зоны передачи.</p> <p>3. Развитие общей выносливости.</p>		
19	<p>1. Разучить технику приземления в прыжках в длину с разбега.</p> <p>2. Совершенствовать технику передачи</p>		

	эстафетной палочки на высокой скорости с учетом зоны передачи. 3. Развитие силовой выносливости.		
20	1. Разучить технику метания малого мяча способом «из-за спины через плечо», стоя боком по направлению метания. 2. Совершенствовать технику перехода планки и ухода от нее в прыжках в высоту способом «перешагивание». 3. Развитие специальной выносливости.		
21	1. Разучить технику метания малого мяча со скрестного шага способом «из-за спины через плечо». 2. Совершенствовать технику отталкивания в прыжках в длину с разбега. 3. Развитие ловкости.		
22	1. Разучить технику метания малого мяча с 4-5 шагов разбега. 2. Совершенствовать технику отталкивания в сочетании с разбегом в прыжках в длину. 3. Развитие силовой выносливости.		
23	1. Разучить технику метания гранаты с места. 2. Повторить технику отталкивания в прыжках в длину с разбега. 3. Развитие специальной выносливости.		
24	1. Разучить технику отталкивания в прыжках в длину с разбега. 2. Совершенствовать технику метания малого мяча. 3. Развитие скоростной выносливости.		
25	1. Разучить технику метания гранаты со скрестного шага. 2. Повторить технику отталкивания в прыжках в длину с разбега. 3. Развитие гибкости.		
26	1. Повторить технику метания гранаты с места. 2. Разучить технику метания гранаты с 4-5 шагов разбега. 3. Развитие ловкости.		
27	1. Разучить технику отталкивания в сочетании с разбегом в прыжках в длину. 2. Повторить технику метания гранаты со скрестного шага. 3. Развитие общей выносливости.		

28	1. Разучить технику разбега в прыжках в длину. 2. Повторить технику метания гранаты с 4-5 шагов разбега. 3. Развитие быстроты.		
29	1. Разучить технику метания гранаты в целом. 2. Совершенствовать технику отталкивания в прыжках в длину с разбега. 3. Развитие гибкости.		
30	1. Разучить технику отталкивания в сочетании с полетом в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги». 2. Совершенствовать технику метания гранаты в целом. 3. Развитие скоростно-силовых способностей.		
31	1. Разучить технику бега на длинные дистанции. 2. Повторить технику высокого старта и стартового ускорения в эстафетном беге. 3. Развитие специальной выносливости.		
32	1. Разучить технику разбега в прыжках в высоту способом «перешагивание». 2. Повторить технику метания малого мяча, стоя боком по направлению метания способом «из-за спины через плечо». 3. Развитие ловкости.		

### План-конспект урока

по легкой атлетике для \_\_\_\_\_ класса, школа \_\_\_\_\_

Дата проведения:

Место проведения:

Задача: 1. Обучить технике бега на короткие дистанции по прямой  
2. Развивать быстроту по средствам выполнения заданий в основной части урока  
3. Воспитание целеустремленности и трудолюбия путем контроля за исправлением ошибок и четкого выполнения заданий.

Инвентарь:

Части урока	Учебный материал или содержание урока	Доз-ка	Организационно-методические указания
1	2	3	4
Подготовительный	1. Построение группы (класса), рапорт дежурного, сообщение задач урока	1,5 мин	Обратить внимание на внешний вид занимающихся и четкое выполнение команд.
	2. Строевые упражнения	30 сек	Четкое выполнение команд «направо», «налево», «кругом».
	3. Ходьба:	30 сек	Шагом марш! Дистанция 2 шага!

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- на носках;</li> <li>- на пятках;</li> <li>- на внутренней стороне стопы;</li> <li>- на внешней;</li> <li>- перекатом с пятки на носок,</li> <li>- в полу приседе.</li> </ul>		Темп движения средний. Движение выполнять свободно!
4. Бег		2 мин	Бегом марш! Сохраняем дистанцию 2 шага! Бежать медленном темпе, свободно, дыхание равномерное.
5. Ходьба, перестроение		1 мин	Шагом марш! Восстанавливаем дыхание! Движение свободное. Перестроение (способ)
Общие развивающие упражнения (ОРУ) на месте (способ проведения)		5-6 мин	
1. И.п. – Узкая стойка, руки на пояс. 1-3 – 3 круговых движения руками в плечевых суставах вперед 4-и.п. 5-7 – тоже назад 8-и.п.		4-6 раз	Спина прямая, амплитуда больше, руки не сгибать, выполнять под счет
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
Специально-беговые упражнения (СБУ)		5мин	Перестроение (способ)
1.Бег семенящим шагом		30м	Совершать активное движение стопой, опорная нога прямая, плечевой пояс расслаблен, туловище вертикально с небольшим наклоном вперед.
2. Бег с захлестыванием голени		30м	Руки работают как при беге. Бедро вперед не выводить, на пятку не опускаться, пятки достают ягодиц, пятки в стороны не разводить. Туловище вертикально с небольшим

			наклоном вперед.
	3. Бег с высоким подниманием бедра	30м	Руки работают как при беге. Опорная нога прямая, на пятку не опускаться. Бедро маховой ноги поднимать до уровня горизонтали с углами в тазобедренном и коленном суставах 90 градусов, стопа на себя. Колени в сторону не разводить. Туловище вертикально с небольшим наклоном вперед.
	4. Бег прыжками	30м	Руки работают как при беге. Маховая нога согнута в коленном суставе под углом 90 градусов, стопа на себя. Акцентированный показ полетной фазы.
	5. Бег с ускорением	2x40м	Старты с различных положений. Набрать скорость, и поддерживая ее бежать по инерции.
1/2 Основной части 12-13 минут	Обучить технике бега на короткие дистанции по прямой	12-13 мин	
	1. Ознакомить с техникой бега, создать правильное представление об особенностях бега на короткие дистанции	2-3 мин	Рассказ и показ техники бега с низкого старта в целом и правил соревнований в беге на короткие дистанции. Упражнение выполняется на дистанции 30-40 метров. Обучающиеся выполняют упражнение в беге со средней скоростью на расстояние 60-80 метров. Обращать внимание на основы техники: положение туловища; работу рук; вынос маховой ноги, постановка опорной. Техника бега представлена в пункте 1.
	2. Имитация работы рук на месте	1 мин	Руки согнуты в локтях под прямым углом, работают вдоль туловища вперед-назад до уровня глаз, локоть назад до упора. Туловище прямо, взгляд направлен вперед. <b>Ошибки:</b> руки двигаются вдоль живота и груди; руки выпрямляются при движении назад; при движении руки вперед она выходит выше

			головой; нельзя закрепощать работу рук в плечевом суставе.
3. Бег с высоким подниманием бедра через фишки	1-2×30 м 1-2 мин		<p>Фишки установлены на расстоянии 4 стопы друг от друга. Упражнение выполнять с максимальной частотой. Туловище держать прямо, руки работают вдоль туловища, согнутые в локтях. Бедро маховой ноги поднимать до параллели с поверхностью. Обращать внимание на быстрое опускание бедер. Угол в коленном суставе 90°.</p> <p><b>Ошибки:</b> руки двигаются вдоль живота и груди; руки выпрямляются при движении назад; при движении руки вперед она выходит выше головы; нельзя закрепощать работу рук в плечевом суставе; корпус отклоняется вперед или назад; низкая частота работы рук и ног; стопа ставится с пятки; бедро при выносе ниже уровня пояса; стопа проводится не над фишкой.</p>
4. То же, что упр. 3 только правым и левым боком	2×30 м 2 мин		<p>Фишки установлены на расстоянии 4 стопы друг от друга. Упражнение выполнять с максимальной частотой. Туловище держать прямо, руки работают вдоль туловища, согнутые в локтях. Бедро маховой ноги поднимать до параллели с поверхностью. Угол в коленном суставе 90°.</p> <p><b>Ошибки:</b> руки двигаются вдоль живота и груди; руки выпрямляются при движении назад; при движении руки вперед она выходит выше головы; нельзя закрепощать работу рук в плечевом суставе; корпус отклоняется вперед или назад; низкая частота работы рук и ног; бедро при выносе ниже уровня пояса; стопа ставится с пятки; стопа проводится не над фишкой.</p>
5. Ускорение через фишки	2×30 м		<p>Фишки установлены на расстоянии 4-5 стоп друг от друга. Упражнение</p>

		2 мин	<p>выполнять с максимальной частотой. Туловище держать прямо, руки работают вдоль туловища, согнутые в локтях. Бедро маховой ноги поднимать до параллели с поверхностью. Угол в коленном суставе 90°. Обращать внимание на быстрое опускание маховой ноги на опору.</p> <p><b>Ошибки:</b> руки двигаются вдоль живота и груди; руки выпрямляются при движении назад; при движении руки вперед она выходит выше головы; нельзя закрепощать работу рук в плечевом суставе; корпус отклоняется вперед или назад; низкая частота работы рук и ног; бедро при выносе ниже уровня пояса; стопа ставится с пятки; стопа проводится не над фишкой; присутствует бег прыжками через фишки</p>
	6. Ускорение через фишки	2×30 м 2 мин	<p>3 фишки установлены на расстоянии 4 стоп друг от друга. Расстояние между четвертой и последующей увеличивается на расстояние 0,5 стоп. Упражнение выполнять с максимальной частотой. Туловище держать прямо, руки работают вдоль туловища, согнутые в локтях. Бедро маховой ноги поднимать до параллели с поверхностью. Угол в коленном суставе 90°. Обращать внимание на быстрое опускание маховой ноги на опору.</p> <p><b>Ошибки:</b> те же, что в упражнении 5.</p>
Заключительная часть 5 мин	1. Игра на внимание «Класс смирно!»	3 мин	<p>Ученики выстраиваются в 1 шеренгу с интервалом вытянутых рук. Те команды учителя, перед которыми звучит слово Класс!, дети выполняют, но если перед командами не звучит слово Класс! Дети не выполняют команды. Кто</p>

			ошибается, делает шаг вперед.
	2. Подведение итогов	1 мин	Подвести итоги игры (выявить самых внимательных и невнимательных) и урока в целом (определить лучших занимающихся, указать на общие и индивидуальные ошибки, обратить внимание на успеваемость и дисциплину на уроке).
	3. Домашнее задание	1 мин	Смотреть примерные задания для самостоятельной работы к практическим занятиям № 1-4. на тему: «Анализ техники и методика обучения бегу на короткие дистанции».

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Контрольные упражнения	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент не освоил технику выполнения упражнения. Результат в контрольном упражнении (оценочного средства) не соответствует установленным требованиям.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент освоил технику выполнения упражнения на удовлетворительно. Результат в контрольном упражнении (оценочного средства) соответствует установленным требованиям.
	Средний (Хорошо)	Студент освоил технику выполнения упражнения на хорошо. Результат в контрольном упражнении (оценочного средства) соответствует установленным требованиям.
	Высокий (Отлично)	Студент освоил технику выполнения упражнения на отлично. Результат в контрольном упражнении (оценочного средства) соответствует установленным требованиям.
	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент не подготовил план-конспект занятия. Не готов проводить занятие.



Практическая работа (проведение подготовительной части урока и целого урока по легкой атлетике)	Низкий (Удовлетворительно)	Студент подготовил план-конспект занятия, допустил ошибки при постановке задач, ОРУ не соответствуют поставленным задачам, не правильно методически подобрал подводящие упражнения, организационно-методические указания и дозировку. Нет уверенности в организации занятий, слабый командный голос, не в полной мере решил поставленные задачи.
	Средний (Хорошо)	Студент подготовил план-конспект занятия, сформулировал задачи, подобрал ОРУ исходя из поставленных задач, подобрал подводящие упражнения, организационно-методические указания, дозировку. Не достаточно уверенно формулирует команды. Поставленные задачи решил не в полной мере.
	Высокий (Отлично)	Студент подготовил план-конспект занятия, правильно сформулировал задачи, подобрал ОРУ исходя из поставленных задач, подобрал актуальные подводящие упражнения, организационно-методические указания, дозировку. Владеет организационными навыками, командным голосом, методикой обучения. Решил поставленные задачи.

### **Темы рефератов и презентаций**

1. Анализ техники и методика обучения бегу на короткие дистанции
2. Анализ техники и методика обучения бегу на средние дистанции
3. Анализ техники и методика обучения бегу на длинные дистанции
4. Анализ техники и методика обучения спортивной ходьбы
5. Виды и направленность специально беговых упражнений
6. Анализ техники и методика обучения эстафетного бега
7. Анализ техники и методика обучения техники прыжка в высоту способом «перешагивание»
8. Анализ техники и методика обучения прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»
9. Анализ техники и методика обучения метания гранаты с разбега

Требования к оформлению рефератов и презентаций.

**Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

<b>Форма оценивания</b>	<b>Уровни оценивания</b>	<b>Критерии оценивания</b>
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### 3. Вопросы для проведения промежуточной аттестации

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОПК-1	<p><b>Знает:</b>                      -терминологию и классификацию базовых видов легкой атлетики;                      -содержание и правила оформления плана конспекта (урока, тренировочного занятия) с использованием средств легкой атлетики</p>	<p>1) В каком году была представлена легкая атлетика на первых олимпийских играх?                      2) На какой дистанции был зафиксирован первый рекорд в истории легкой атлетики в 1775г?                      3) Год основания легкой атлетики в России?                      4) Кто является единственным Олимпийским чемпионом среди мужчин в беге на 100м?                      5) Мировой рекорд в беге на 100м среди мужчин?                      6) Мировой рекорд в беге на 100м среди женщин?                      7) В какой период стабилизировался уровень мировых рекордов в беге на выносливость?                      8) Представители какого континента доминируют в беге на средние и длинные дистанции?</p>
ОПК-3	<p><b>Знает:</b>                      -средства легкой атлетики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;                      -основы обучения базовым видам легкой атлетики;                      -способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для проведения учебно-тренировочных занятий по базовым видам</p>	<p>9) Мировой рекорд на 1500м среди мужчин?                      10) Мировой рекорд на 800м среди женщин?                      11) По структуре легкоатлетические виды:                      12) Основу легкой атлетики составляют пять ее видов:                      13) По структуре движения спортивная ходьба:                      14) Спортивная ходьба - вид, требующий проявления:                      15) Бег делится на категории:                      16) По структуре гладкий бег:                      17) Гладкий бег подразделяется на:                      18) Бег на короткие дистанции – вид, требующий проявления:                      19) По структуре движения эстафетный бег:                      20) Легкоатлетические прыжки делятся на следующие виды:                      21) Прыжки в длину с разбега по структуре:                      22) По структуре движения метания:                      23) Цикл двойного шага в беге можно проследить:                      24) В ходьбе каждый цикл движения состоит:</p>

	<p>легкой атлетики; -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики;</p>	<p>25) В беге каждый цикл движения состоит: 26) Начальным этапом обучения техники бега на короткие дистанции является: 27) Обучая технике бега по прямой следует обратить внимание на: 28) Начальным этапом обучения техники бега техники бега на средние дистанции является: 29) Основным средством разучивания бега на средние дистанции является: 30) Главной задачей при совершенствовании техники высокого старта в беге на длинные дистанции является 31) Основные средства ознакомления занимающихся с техникой спортивной ходьбы: 32) Выберите правильную последовательность задач при разучивании техники спортивной ходьбы: 33) Выберите правильную последовательность средств при решении задачи: разучивании техники передачи эстафетной палочки. 34) Основной задачей разучивания техники эстафетного бега в целом является. 35) Выберите правильную последовательность разучивания техники прыжка в высоту способом «перешагивание». 36) Рассказ о технике прыжка способом «перешагивание» должен включать в себя. 37) Прежде чем приступить к разучиванию техники прыжка в длину, необходимо пройти: 38) Выберите последовательность освоения техники метания гранаты 39) Целью подводящих упражнений для освоения техники держания и выпуска снаряда является: 40) К метанию гранаты с места следует приступить после того, как 41) В беге на короткие дистанции спортсмен стартует ... 42) Можно ли спортсменам эстафетном беге 4*100м одевать перчатки и покрывать руки каким-либо составом для улучшения хвата палочки 43) В соответствии с правилами соревнований в эстафетном беге 4*100м палочку нужно передавать в коридоре длиной ...</p>
ОПК-7	<p><b>Знает:</b> -санитарно-гигиенические требования к занятиям по базовым видам легкой атлетики, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; -факторы и причины травматизма в процессе занятий по базовым видам легкой атлетики; -приемы помощи и страховки при проведении занятий по легкой атлетике; -способы (варианты) рационального размещения</p>	<p>25) В беге каждый цикл движения состоит: 26) Начальным этапом обучения техники бега на короткие дистанции является: 27) Обучая технике бега по прямой следует обратить внимание на: 28) Начальным этапом обучения техники бега техники бега на средние дистанции является: 29) Основным средством разучивания бега на средние дистанции является: 30) Главной задачей при совершенствовании техники высокого старта в беге на длинные дистанции является 31) Основные средства ознакомления занимающихся с техникой спортивной ходьбы: 32) Выберите правильную последовательность задач при разучивании техники спортивной ходьбы: 33) Выберите правильную последовательность средств при решении задачи: разучивании техники передачи эстафетной палочки. 34) Основной задачей разучивания техники эстафетного бега в целом является. 35) Выберите правильную последовательность разучивания техники прыжка в высоту способом «перешагивание». 36) Рассказ о технике прыжка способом «перешагивание» должен включать в себя. 37) Прежде чем приступить к разучиванию техники прыжка в длину, необходимо пройти: 38) Выберите последовательность освоения техники метания гранаты 39) Целью подводящих упражнений для освоения техники держания и выпуска снаряда является: 40) К метанию гранаты с места следует приступить после того, как 41) В беге на короткие дистанции спортсмен стартует ... 42) Можно ли спортсменам эстафетном беге 4*100м одевать перчатки и покрывать руки каким-либо составом для улучшения хвата палочки 43) В соответствии с правилами соревнований в эстафетном беге 4*100м палочку нужно передавать в коридоре длиной ...</p>

	<p>занимающихся для выполнения средств легкой атлетики.</p>	<p>44) Результаты прыжков в длину измеряют от ...  45) Если участник в прыжках в длину не совершил попытку за отведенное время, то  46) Попытка в прыжках в длину не засчитывается если:  47) Поверхность площадки для разбега в высоту должна быть горизонтальной, позволяющей сделать разбег длиной не менее:  48) Если способ продвижения грозит нарушением техники спортивной ходьбы, то его  49) Окончание дистанции фиксируется в момент, когда участник  50) Ширина линий разметки равна:</p>
--	---	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	0 – 14 правильных ответов
	Низкий (Удовлетворительно)	15 – 32 правильных ответов
	Средний (Хорошо)	33 – 42 правильных ответов
	Высокий (Отлично)	43 – 50 правильных ответов

## Приложение

Приложение к рабочей программы  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

### Фонд оценочных средств

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА:  
ПЛАВАНИЕ

Направление подготовки:  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Физкультурно- оздоровительная деятельность

Форма обучения: *очная*

Автор ФОС: старший преподаватель Орлов А.В.

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «7» марта 2019 года  
Протокол № 8.

Казань-2020

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p>ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>ПС 05.005 «Инструктор-методист» ПС 05.003 «Тренер»</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологии и классификации в плавании;</li> <li>- содержания и правила оформления плана учебного занятия с использованием средств плавания;</li> <li>- способы оценки результатов обучения в плавании;</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по плаванию;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по плаванию;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по плаванию;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по плаванию;</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятий по плаванию.</li> </ul>

<p>ОПК-3 Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической</p>	<p>ПС 05.005 «Инструктор-методист» ПС 05.003 «Тренер»</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю и современное состояние плавания, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- значение и виды плавания как базового вида спорта;</li> <li>- основы техники способов плавания и прикладного плавания;</li> <li>- методики обучения способам плавания;</li> <li>- методики развития физических качеств средствами плавания;</li> <li>- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием;</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию;</li> </ul>
<p>ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую Доврачебную помощь</p>	<p>ПС 05.005 «Инструктор-методист» ПС 05.003 «Тренер»</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий плаванием;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по плаванию.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по плаванию;</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом</li> </ul>

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.



## Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>	ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7	Практическая работа	не аттестован	4 и менее
		Устный опрос	низкий средний высокий	5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7	Практическая работа	не аттестован	4 и менее
		Тестовые задания	низкий средний высокий	5 – 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>макс:</b>
<b>МОДУЛЬ 2.</b>	ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7	Практическая работа	не аттестован	4 и менее
		Устный опрос	низкий средний высокий	5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7	Практическая работа	не аттестован	4 и менее
		Тестовые задания	низкий средний высокий	5 – 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

### Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7	Тестирование	- не аттестован	0 – 14
		- низкий	15 – 32
		- средний	33 – 42
		- высокий	43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

## Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
	Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
<b>ОПК-1</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-	<i>Знает:</i> - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - положений теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и	1. Классификация плавания. 2. Значение плавания. 3. История возникновения и развития плавания. 4. Первые школы плавания в России. 5. Плавание на Олимпийских играх. 6. История развития водных видов спорта (спортивное плавание, плавание в открытой воде, прыжки в воду, водное поло, синхронное

<p>морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- специфики планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li> <li>- методических и технологических подходов, структур построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- документов планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организации образовательного процесса в образовательных организациях (дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования);</li> <li>- принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию;</li> <li>- содержания и правил оформления конспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств спортивного плавания;</li> <li>- правил и организаций соревнований в спортивном плавании;</li> <li>- способов оценки результатов обучения в спортивном плавании;</li> <li>- терминологии, классификации и общая характеристика упражнений в спортивном и прикладном плавании;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить различные виды</li> </ul>	<p>плавание, подводный спорт).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>7. Динамическое и статическое плавание.</li> <li>8. Физические свойства воды.</li> <li>9. Основы техники плавания.</li> <li>10. Техника движений ногами при плавании кролем на спине.</li> <li>11. Техника движений руками при плавании кролем на спине.</li> <li>12. Техника общего согласований движений при плавании кролем на спине.</li> <li>13. Техника движений ногами при плавании кролем на груди.</li> <li>14. Техника движений руками при плавании кролем на груди.</li> <li>15. Техника общего согласований движений при плавании кролем на груди.</li> <li>16. Техника движений ногами при плавании способом брасс на груди.</li> <li>17. Техника движений руками при плавании способом брасс на груди.</li> <li>18. Техника общего согласований движений при плавании способом брасс на груди.</li> <li>19. Техника движений ногами при плавании способом дельфин.</li> <li>20. Техника движений руками при плавании способом дельфин.</li> <li>21. Техника общего согласований движений при плавании способом дельфин.</li> <li>22. Техника выполнения старта с тумбочки.</li> <li>23. Техника выполнения старта из воды.</li> <li>24. Характеристика поворотов в плавании.</li> <li>25. Прикладное плавание.</li> <li>26. Основы обучения плаванию.</li> <li>27. Особенности обучения плаванию грудных детей.</li> <li>28. Особенности обучения плаванию детей дошкольного возраста.</li> <li>29. Особенности обучения плаванию детей младшего школьного возраста.</li> <li>30. Особенности обучения плаванию детей среднего школьного возраста.</li> <li>31. Особенности обучения плаванию в подростковом возрасте.</li> <li>32. Особенности обучения плаванию</li> </ol>
---	--	--

	<p>задач и организовывать их решение на занятиях по плаванию;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по плаванию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по плаванию в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей спортивного плавания;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по спортивному плаванию;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятий по плаванию;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> </ul>	<p>взрослых.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>33. Организация занятий по плаванию.</li> <li>34. Составить комплекс упражнений для освоения с водой.</li> <li>35. Составить комплекс упражнений для обучения скольжению.</li> <li>36. Составить комплекс упражнений для обучения движений ногами кролем на груди и кролем на спине.</li> <li>37. Составить комплекс упражнений для обучения движений руками с дыханием кролем на груди и кролем на спине.</li> <li>38. Составить комплекс упражнений для обучения плаванию кролем на груди и кролем на спине в полном согласовании движений.</li> <li>39. Составить комплекс упражнений для обучения движений ногами брассом.</li> <li>40. Составить комплекс упражнений для обучения движений руками брассом.</li> <li>41. Составить комплекс упражнений для обучения плаванию брассом в полном согласовании движений с дыханием.</li> <li>42. Составить комплекс упражнений для обучения движений ногами баттерфляем.</li> <li>43. Составить комплекс упражнений для обучения движений руками баттерфляем.</li> <li>44. Составить комплекс упражнений для обучения плаванию баттерфляем в полном согласовании движений с дыханием.</li> <li>45. Составить комплекс упражнений для совершенствования скольжений.</li> <li>46. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений ногами кролем на груди и кролем на спине.</li> <li>47. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений руками с дыханием кролем на груди и кролем на спине.</li> <li>48. Составить комплекс упражнений для совершенствования плавания кролем на груди и кролем на спине в полном согласовании движений.</li> </ol>
--	---	--

		<p>49. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений ногами брассом.</p> <p>50. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений руками брассом.</p> <p>51. Составить комплекс упражнений для совершенствования плавания брассом в полном согласовании движений с дыханием.</p> <p>52. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений ногами баттерфляем.</p> <p>53. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений руками баттерфляем.</p> <p>54. Составить комплекс упражнений для обучения старту с тумбочки.</p> <p>55. Составить комплекс упражнений для обучения повороту «маятник».</p> <p>56. Составить комплекс упражнений для обучения повороту сальто.</p> <p>57. Составить комплекс упражнений для обучения прикладному способу на боку.</p> <p>58. Составить комплекс упражнений для обучения способу брасс на спине.</p> <p>59. Особенности обучения плаванию в открытых водоемах.</p> <p>60. Методика спасения тонущего.</p>
<p><b>ОПК-3</b> Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- истории и современное состояние плавания, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- значение и виды плавания как базового вида спорта;</li> <li>- воспитательных возможностей при занятиях спортивным плаванием;</li> <li>- основы техники способов плавания и прикладного плавания;</li> <li>- методик обучения способам плавания;</li> <li>- методик развития физических качеств средствами плавания;</li> <li>- методики контроля и оценки технической и физической</li> </ul>	

	<p>подготовленности обучающихся на занятиях плаванием;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- правил и организации соревнований по плаванию;</li><li>- методик проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания;</li></ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</li><li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач;</li><li>- использовать в своей деятельности терминологию спортивного плавания;</li><li>- распределять на протяжении занятия средства спортивного плавания с учетом их влияния на организм занимающихся;</li><li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений, используемых в плавании;</li><li>- использовать средства спортивного плавания для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);</li></ul>	
--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"><li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств спортивного плавания;</li><li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений;</li><li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании;</li><li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по плаванию;</li><li>- использовать существующие методики проведения соревнований по плаванию проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера;</li></ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов;</li><li>- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств плавания;</li><li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом.</li><li>- практической демонстрации</li></ul>	
--	--	--

	<p>общеподготовительных и специальноподготовительных упражнений применяемых в плавании;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- планирования и проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li><li>- планирования и проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li><li>- планирования и проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;</li><li>- планирования, организации и проведения спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий при участии педагогических работников образовательной организации;</li><li>- развития жизненно важных физических способностей средствами и методами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>- формирования основ физкультурных знаний;</li><li>- реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>- нормирования и регулирования нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li><li>- применения методов диагностики и оценки показателей уровня и</li></ul>	
--	--	--



	<p>динамики развития и физической подготовленности обучающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применения методов контроля и анализа эффективности проведения занятий.</li> </ul>	
<p><b>ОПК-7</b> Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- основ личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде.</li> <li>- гигиенических особенностей проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> <li>- санитарно-гигиенических требований, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма при занятиях плаванием;</li> <li>- факторов и причин травматизма в процессе занятий плаванием;</li> <li>- приемов помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств спортивного плавания;</li> <li>- требований к экипировке, спортивному инвентарю и</li> </ul>	

	<p>оборудованию на занятиях и соревнованиях по плаванию;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- способов (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по плаванию;</li><li>- особенностей занятий спортивного плавания;</li></ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li><li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по плаванию;</li><li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по плаванию;</li><li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li><li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.</li></ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li><li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях</li></ul>	
--	---	--

	<p>и травматических повреждений;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях по плаванию;</li> <li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</li> <li>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</li> </ul>	
--	--	--

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма	Уровни оценивания	Критерии оценивания
-------	-------------------	---------------------

оценивания		
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
<b>ОПК-1</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	<i>Знает:</i> - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - положений теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфики планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - методических и технологических подходов, структур построения занятий, формы и способы планирования; - документов планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организации	1. Плавание в древние времена применялось с целью: а) оздоровления б) имело прикладное значение в) участия в состязаниях и праздниках на воде 2. Назовите имя ныряльщика, чей подвиг описывают Павсаний и Геродот: а) Марк Антоний б) Гней Помпей в) Сциллис 3. Где запечатлен замечательный патриотический подвиг русского отрока, который не смотря на преследование переплыл из внезапно осажденного печенегами Киева на другой берег Днепра, добрался до военного стана князя Святослава и сообщил ему о нашествии врага, тем самым спас столицу. а) В Ипатьевской летописи б) В Лаврентьевской летописи в) В Казацкой летописи 4. Первые соревнования по плаванию в России прошли на реке: а) Волга б) Почайна в) Енисее

	<p>образовательного процесса в образовательных организациях (дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию;</li> <li>- содержания и правил оформления конспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств спортивного плавания;</li> <li>- правил и организаций соревнований в спортивном плавании;</li> <li>- способов оценки результатов обучения в спортивном плавании;</li> <li>- терминологии, классификации и общая характеристика упражнений в спортивном и прикладном плавании;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по плаванию;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по плаванию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по плаванию в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать на занятиях</li> </ul>	<p>5. В каком году была написана первая книга по плаванию, автор которой был датчанин Н. Винман</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) в 1515г</li> <li>б) в 1498г</li> <li>в) в 1538г</li> </ul> <p>6. Кем из русских правителей было введено обучение плаванию военных:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Иваном Грозным</li> <li>б) Петром I</li> <li>в) Николаем II</li> </ul> <p>7. В каком году и где была основана первая школа плавания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) в 1785г в Париже</li> <li>б) в 1725г. в Лондоне</li> <li>в) в 1722 г. в Риме</li> </ul> <p>8. В каком году в России и где была открыта первая школа плавания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) в Москве в 1801г</li> <li>б) в Санкт Петербурге в 1827г</li> <li>в) в Казани в 1823г.</li> </ul> <p>9. В каком году была открыта общедоступная школа плавания в Петербурге, близ Летнего сада, под руководством преподавателя из Швеции Густафом Паули:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) в 1826г</li> <li>б) в 1830г</li> <li>в) в 1834г</li> </ul> <p>10. Шуваловская школа создана по инициативе морского врача В.Н. Пескова:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) в 1900г</li> <li>б) в 1902г</li> <li>в) в 1908г</li> </ul> <p>11. В каком году и где были проведены первые международные соревнования по плаванию:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) в Будапеште в 1889г</li> <li>б) в Париже в 1892г</li> <li>в) в Вене в 1900г</li> </ul> <p>12. Международная любительская федерация плавания была создана:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) в 1900г</li> <li>б) в 1904г</li> <li>в) в 1908г</li> </ul> <p>13. Плавание было включено в программу Олимпийских игр:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) в 1896г</li> <li>б) в 1892г</li> <li>в) в 1900г</li> </ul>
--	---	--

	<p>педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей спортивного плавания;</p> <p>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по спортивному плаванию;</p> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <p>- планирования занятий по плаванию;</p> <p>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</p>	<p>14. Дебют российской сборной команды по плаванию на Олимпийских играх состоялся:</p> <p>а) в 1916г б) в 1912г в) в 1920г</p> <p>15. Первый зимний плавательный бассейн в СССР был построен:</p> <p>а) в 1927г б) в 1948г в) в 1950г</p> <p>16. В каком году в СССР был введен новый комплекс ГТО, который включал плавание для всех возрастов населения от 10 до 60 лет?</p> <p>а) в 1969 г. б) в 1972 г. в) в 1979 г.</p> <p>17. Под техникой плавания понимается:</p> <p>а) система движений спортивных способов плавания с максимальной скоростью проплывания. б) система движений, позволяющих пловцу преодолевать соревновательную дистанцию с более высокой скоростью, оптимальной затратой сил и в соответствии с правилами соревнований. в) преодоление соревновательной дистанции за короткий промежуток времени.</p> <p>18. Спортивными способами плавания являются:</p> <p>а) кроль на груди, кроль на спине, баттерфляй, брасс б) кроль на груди, на боку, кроль на спине, дельфин, брасс в) кроль на груди, кроль на спине, дельфин, брасс, брасс на спине</p> <p>19. Что означает статическое плавание:</p> <p>а) отсутствие движения б) отсутствие движения руками и ногами в) отсутствие напряжения тела во время движений г) расслабление мышц рук и ног во время гребков</p> <p>20. В неподвижном положении на тело пловца действует:</p> <p>а) силы тяжести тела и</p>
--	--	--

		<p>выталкивающая сила воды</p> <p>б) силы гидродинамического давления</p> <p>в) силы центра сопротивления</p> <p>21. Во время движения пловца в воде происходит вихреобразование, создающее зону пониженного давления:</p> <p>а) позади тела</p> <p>б) впереди тела</p> <p>в) с левой и правой сторон тела</p> <p>22. Тормозит продвижение пловца вперед:</p> <p>а) сила подъемная</p> <p>б) лобовое сопротивление</p> <p>в) сила трения</p> <p>23. Выберите оптимальные углы атаки при плавании кролем:</p> <p>а) 1-2 градуса</p> <p>б) 3-5 градусов</p> <p>в) 0-2 градуса</p> <p>24. В способе кроль на груди фазами рабочих движений в работе рук является:</p> <p>а) захват, подтягивание, отталкивание</p> <p>б) наплыв и основная часть гребка</p> <p>в) захват, отталкивание, вынос руки вперед</p> <p>25. В способе кроль на груди к фазе рабочих движений в работе ног относят:</p> <p>а) удар стопой вниз</p> <p>б) удар стопой вверх</p> <p>в) удар стопой в сторону</p> <p>26. При плавании кролем на спине в движениях рук выделяют:</p> <p>а) 6 фаз</p> <p>б) 5 фаз</p> <p>в) 4 фазы</p> <p>27. В фазе подтягивание в кроле на спине угол сгибания руки в локтевом суставе достигает</p> <p>а) 90-120 градусов</p> <p>б) 100-150 градусов</p> <p>в) 110-150 градусов</p> <p>28. В цикле движений ногами в способе брасс выделяют:</p> <p>а) 2 фазы</p> <p>б) 3 фазы</p> <p>в) 4 фазы</p> <p>29. Рабочей фазой движений ногами в брассе является:</p>
--	--	--

		<p>а) подтягивание  б) разворот стоп  в) отталкивание  30. В полном цикле движений рук в брассе условно выделяют:  а) 2 фазы  б) 3 фазы  в) 4 фазы  31. ФИНА официально разделила способы брасс и баттерфляй:  а) в 1952 г  б) в 1948 г  в) в 1956 г</p>
<p><b>ОПК-3</b>  Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p><i>Знает:</i>  - истории и современное состояние плавания, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;  - значение и виды плавания как базового вида спорта;  - воспитательных возможностей при занятиях спортивным плаванием;  - основы техники способов плавания и прикладного плавания;  - методик обучения способам плавания;  - методик развития физических качеств средствами плавания;  - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием;  - правил и организации соревнований по плаванию;  - методик проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания;  <i>Умеет:</i>  - применять методы организации учебной</p>	<p>32. Рабочей фазой в движении ног дельфином является:  а) удар стопами вниз  б) удар стопами вверх  в) удар стопами в сторону  33. В фазе захват в способе дельфин кисти пловца:  а) движутся наружу и немного вниз  б) движутся назад  в) движутся немного внутрь и назад  34. В общем согласовании движений способом баттерфляй, первый удар приходится на фазы:  а) выход рук из воды и начало выноса рук вперед  б) вход рук в воду и начало захвата  в) отталкивание и выход рук из воды  35. Сколько групп физических упражнений относят к основным средствам обучения:  а) 3 группы  б) 4 группы  в) 5 групп  36. С помощью, какой группы упражнений решается задача освоение рабочей позы пловца, чувства опоры о воду:  а) подготовительные упражнения для освоения с водой  б) игры и развлечения на воде  в) упражнения для изучения техники спортивных способов плавания  37. Игры, применяемые при обучении плаванию, в зависимости от возраста и подготовленности участников, и делятся:  а) на 2 группы  б) на 3 группы</p>



	<p>деятельности на занятиях по плаваю с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию спортивного плавания;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства спортивного плавания с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений, используемых в плавании;</li> <li>- использовать средства спортивного плавания для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);</li> <li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств спортивного плавания;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений;</li> <li>- определять причины</li> </ul>	<p>в) на 4 группы</p> <p>38. Последовательность и доступность относят:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) к средствам обучения</li> <li>б) к методам обучения</li> <li>в) к принципам обучения</li> </ul>
--	--	--

	<p>возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по плаванию;</li><li>- использовать существующие методики проведения соревнований по плаванию проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера;</li></ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов;</li><li>- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств плавания;</li><li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом.</li><li>- практической демонстрации общеподготовительных и специальноподготовительных упражнений применяемых в плавании;</li><li>- планирования и проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li><li>- планирования и проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li><li>- планирования и проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в</li></ul>	
--	--	--

	<p>режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования, организации и проведения спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий при участии педагогических работников образовательной организации;</li> <li>- развития жизненно важных физических способностей средствами и методами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- формирования основ физкультурных знаний;</li> <li>- реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- нормирования и регулирования нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>- применения методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся;</li> <li>- применения методов контроля и анализа эффективности проведения занятий.</li> </ul>	
<p><b>ОПК-7</b> Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в</li> </ul>	<p>39. Порядок оказания первой помощи (расположите порядок ответов):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) оценить состояние пострадавшего, осмотреть его;</li> <li>б) остановить кровотечение - наложить повязки - придать пострадавшему необходимое в зависимости от вида травмы</li> </ul>

<p>доврачебную помощь</p>	<p>восстановительном периоде;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основ личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде.</li> <li>- гигиенических особенностей проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> <li>- санитарно-гигиенических требований, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма при занятиях плаванием;</li> <li>- факторов и причин травматизма в процессе занятий плаванием;</li> <li>- приемов помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств спортивного плавания;</li> <li>- требований к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по плаванию;</li> <li>- способов (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по плаванию;</li> <li>- особенностей занятий спортивного плавания;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>в) контролировать состояние пострадавшего до прибытия скорой медицинской помощи.</li> <li>г) привлекая помощника или самостоятельно вызвать скорую медицинскую помощь; выполнить необходимые мероприятия первой помощи:</li> </ul> <p>положение</p> <p>40. Правила безопасности и поведения на воде, запрещается:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Выполнять старты</li> <li>б) Заходить в воду без тренера</li> <li>в) Плавать под поверхностью воды</li> <li>г) Баловаться и топить занимающихся</li> <li>д) Бегать по бортику бассейна</li> </ul> <p>41. Что должен иметь при себе занимающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Плавательный костюм (плавки, купальник), очки для плавания, мыльные принадлежности, обувь для бассейна (тапочки или кросовки)</li> <li>б) Плавательный костюм (плавки, купальник), шапочка для плавания, очки для плавания, мыльные принадлежности, обувь для бассейна (тапочки или кросовки)</li> <li>в) Плавательный костюм (плавки, купальник), шапочка для плавания, очки для плавания, мыльные принадлежности</li> <li>г) Шапочка для плавания, очки для плавания, мыльные принадлежности, обувь для бассейна (тапочки или кросовки)</li> </ul>
---------------------------	--	--

	<p>микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по плаванию;</li><li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по плаванию;</li><li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li><li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.</li></ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li><li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li><li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li><li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях по плаванию;</li><li>- составление плана профилактических мероприятий по</li></ul>	
--	---	--

	<p>возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</p> <p>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</p> <p>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</p> <p>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>	
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	<ul style="list-style-type: none"> <li>– не аттестован</li> <li>– низкий</li> <li>– средний</li> <li>– высокий</li> </ul>	<p>50% и менее</p> <p>51% – 65 %</p> <p>66 % – 84%</p> <p>85% – 100%</p>

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
<b>ОПК-1</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- биомеханику статических положений и различных видов движений человека;</li> <li>- положений теории</li> </ul>	<p>1. Демонстрация техники движения ног способом кроль на груди;</p> <p>2. Демонстрация техники движения рук способом кроль на груди;</p> <p>3. Демонстрация техники плавания кролем на груди (в полной</p>

<p>культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- специфики планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li> <li>- методических и технологических подходов, структур построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- документов планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организации образовательного процесса в образовательных организациях (дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования);</li> <li>- принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию;</li> <li>- содержания и правил оформления конспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств спортивного плавания;</li> <li>- правил и организаций соревнований в спортивном плавании;</li> <li>- способов оценки результатов обучения в спортивном плавании;</li> <li>- терминологии, классификации и общая характеристика упражнений в</li> </ul>	<p>координации);</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Демонстрация техники движения ног способом кроль на спине;</li> <li>5. Демонстрация техники движения рук способом кроль на спине;</li> <li>6. Демонстрация техники плавания кролем на спине (в полной координации);</li> <li>7. Демонстрация техники движения ног способом брасс;</li> <li>8. Демонстрация техники движения рук способом брасс;</li> <li>9. Демонстрация техники плавания брасс (в полной координации);</li> <li>10. Демонстрация техники движения ног способом баттерфляй;</li> <li>11. Демонстрация техники движения рук способом баттерфляй;</li> <li>12. Демонстрация техники плавания баттерфляй (в полной координации);</li> <li>13. Демонстрация техники выполнения старта;</li> <li>14. Демонстрация техники выполнения поворота (открытого, закрытого);</li> <li>15. Демонстрация техники прикладного плавания;</li> </ol>
--	--	--

	<p>спортивном и прикладном плавании;</p> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по плаванию;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по плаванию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по плаванию в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей спортивного плавания;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по спортивному плаванию;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятий по плаванию;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> </ul>	
<p><b>ОПК-3</b> Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- истории и современное состояние плавания, его место и значение в физической культуре, науке и</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составить комплекс упражнений из 20 упражнений для освоения с водой.</li> <li>2. Составить комплекс упражнений для обучения способу плавания кроль</li> </ol>



<p>мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p>образовании;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- значение и виды плавания как базового вида спорта;</li> <li>- воспитательных возможностей при занятиях спортивным плаванием;</li> <li>- основы техники способов плавания и прикладного плавания;</li> <li>- методик обучения способам плавания;</li> <li>- методик развития физических качеств средствами плавания;</li> <li>- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием;</li> <li>- правил и организации соревнований по плаванию;</li> <li>- методик проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию спортивного плавания;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства спортивного</li> </ul>	<p>на груди: из них 4 – для ног, 4 – для рук, 4 – для дыхания и 4 на согласование.</p> <p>3. Составить комплекс упражнений для обучения способу плавания кроль на спине: из них 4 – для ног, 4 – для рук, 4 – для дыхания и 5 на согласование.</p> <p>4. Разработать рабочий поурочный план курса начального обучения плаванию.</p> <p>5. Составить план-конспект урока по начальному обучению плавания с решением задачи освоения с водой в условиях неглубокого бассейна.</p> <p>6. Составить комплекс упражнений для обучения способу баттерфляй: из них 4 – для ног, 4 – для рук, 4 – для дыхания и 4 на согласование.</p> <p>7. Составить комплекс упражнений для обучения способу брасс: из них 4 – для ног, 4 – для рук, 4 – для дыхания и 4 на согласование.</p> <p>8. Составить комплекс упражнений для обучения стартовому прыжку с тумбы.</p> <p>9. Составить комплекс упражнений для обучения старту из воды при плавании кролем на спине.</p> <p>10. Составить комплекс упражнений для обучения открытому и закрытому поворотам.</p> <p>11. Составить план-конспект урока по плаванию с применением основных методов начальной тренировки.</p> <p>12. Составить комплекс специально-подготовительных упражнений для пловцов на суше.</p>
--	---	---

	<p>плавания с учетом их влияния на организм занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений, используемых в плавании;</li><li>- использовать средства спортивного плавания для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);</li><li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств спортивного плавания;</li><li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений;</li><li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании;</li><li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по плаванию;</li><li>- использовать существующие методики проведения соревнований по плаванию проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера;</li></ul>	
--	--	--

	<p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов;</li><li>- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств плавания;</li><li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом.</li><li>- практической демонстрации общеподготовительных и специальноподготовительных упражнений применяемых в плавании;</li><li>- планирования и проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li><li>- планирования и проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li><li>- планирования и проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;</li><li>- планирования, организации и проведения спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий при участии педагогических работников образовательной организации;</li><li>- развития жизненно важных физических способностей средствами и методами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>- формирования основ</li></ul>	
--	--	--

	<p>физкультурных знаний;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- нормирования и регулирования нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>- применения методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся;</li> <li>- применения методов контроля и анализа эффективности проведения занятий.</li> </ul>	
<p><b>ОПК-7</b> Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- основ личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде.</li> <li>- гигиенических особенностей проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> </ul>	<p>1. Провести урок по плаванию в соответствии с подготовленным планом-конспектом.</p>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- санитарно-гигиенических требований, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма при занятиях плаванием;</li><li>- факторов и причин травматизма в процессе занятий плаванием;</li><li>- приемов помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств спортивного плавания;</li><li>- требований к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по плаванию;</li><li>- способов (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по плаванию;</li><li>- особенностей занятий спортивного плавания;</li></ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li><li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по плаванию;</li><li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по</li></ul>	
--	--	--

	<p>плаванию;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li><li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.</li></ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li><li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li><li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li><li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях по плаванию;</li><li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li><li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</li><li>- обеспечения безопасности</li></ul>	
--	---	--

	<p>проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</p> <p>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>	
--	---	--

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### **Темы рефератов и презентаций**

1. Методика развития гибкости, силы, быстроты, выносливости и координационных способностей в плавании.
2. Техническое оборудование бассейнов.
3. Основные этапы развития плавания в России.
4. Современный уровень развития плавания в России.

5. Значение плавания в системе физического воспитания (оздоровительное, прикладное, образовательное и т.д.)
6. Методика обучения плаванию способом баттерфляй.
7. Методика обучения плаванию способом кроль на груди.
8. Методика обучения плаванию способом брасс.
9. Методика обучения плаванию способом кроль на спине.
10. Методика обучения плаванию способом на боку
11. Методика обучения плаванию способом брасс на спине.
12. Методика обучения старту с тумбочки.
13. Методика обучения повороту маятником.
14. Характеристика конспекта занятия по плаванию в ДООУ.
15. Характеристика конспекта урока по плаванию в средней школе.
16. История развития легкой атлетики в России и мире.
17. Правила соревнований по плавания.
18. Выдающийся пловец и его спортивные достижения.
19. Правила техники безопасности при занятиях плаванием.
20. Влияние плавания на укрепление здоровья и основные системы организма.

### ***Требования к оформлению рефератов и презентаций.***

Титульный лист:

- в верхней части листа указывается название учебного заведения и кафедра, где выполняется реферат;
- тема реферата (ее название) располагается в средней части титульного листа по центру;
- в правом нижнем углу указывается фамилия, имя, курс, факультет, группа студента, выполняющего реферат;
- в нижней части титульного листа (по центру) указывается город и год выполнения работы.

План:

- материал, полученный в результате анализа и изучения литературных источников, излагается соответственно плану.

Текст реферата:

- реферат – краткое изложение определяемой темы, основанное на анализе различных литературных источников;
- текст реферата может быть написан от руки или отпечатан на машинке, или представлен в виде компьютерной распечатки;
- текст должен быть написан или напечатан на одной стороне листа бумаги формата А 4;
- реферат может быть проиллюстрирован таблицами, рисунками, схемами и границами представленные как в тексте, так и в приложении, все иллюстрации выполняются на стандартных листах того же размера;
- в случае использования в реферате цитат, мысль других авторов, необходимо делать ссылки на первоисточники.

Список литературы.

Список используемой литературы составляется в алфавитном порядке



авторов или названия произведений под общей их нумерацией в соответствии с требованиями ГОСТ.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
<b>ОПК-1</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	<i>Знает:</i> - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - положений теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфики планирования, его объективные и субъективные предпосылки,	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Классификация плавания.</li> <li>2. Значение плавания.</li> <li>3. История возникновения и развития плавания.</li> <li>4. Первые школы плавания в России.</li> <li>5. Плавание на Олимпийских играх.</li> <li>6. История развития водных видов спорта (спортивное плавание, плавание в открытой воде, прыжки в воду, водное поло, синхронное плавание, подводный спорт).</li> <li>7. Динамическое и статическое плавание.</li> <li>8. Физические свойства воды.</li> <li>9. Основы техники плавания.</li> </ol>

	<p>масштабы и предметные аспекты планирования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методических и технологических подходов, структур построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- документов планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организации образовательного процесса в образовательных организациях (дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования);</li> <li>- принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию;</li> <li>- содержания и правил оформления конспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств спортивного плавания;</li> <li>- правил и организаций соревнований в спортивном плавании;</li> <li>- способов оценки результатов обучения в спортивном плавании;</li> <li>- терминологии, классификации и общая характеристика упражнений в спортивном и прикладном плавании;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по плаванию;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>10. Техника движений ногами при плавании кролем на спине.</li> <li>11. Техника движений руками при плавании кролем на спине.</li> <li>12. Техника общего согласований движений при плавании кролем на спине.</li> <li>13. Техника движений ногами при плавании кролем на груди.</li> <li>14. Техника движений руками при плавании кролем на груди.</li> <li>15. Техника общего согласований движений при плавании кролем на груди.</li> <li>16. Техника движений ногами при плавании способом брасс на груди.</li> <li>17. Техника движений руками при плавании способом брасс на груди.</li> <li>18. Техника общего согласований движений при плавании способом брасс на груди.</li> <li>19. Техника движений ногами при плавании способом дельфин.</li> <li>20. Техника движений руками при плавании способом дельфин.</li> <li>21. Техника общего согласований движений при плавании способом дельфин.</li> <li>22. Техника выполнения старта с тумбочки.</li> <li>23. Техника выполнения старта из воды.</li> <li>24. Характеристика поворотов в плавании.</li> <li>25. Прикладное плавание.</li> </ul>
--	---	--

	<p>по плаванию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по плаванию в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей спортивного плавания;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по спортивному плаванию;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятий по плаванию;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> </ul>	
<p><b>ОПК-3</b> Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- истории и современное состояние плавания, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- значение и виды плавания как базового вида спорта;</li> <li>- воспитательных возможностей при занятиях спортивным плаванием;</li> <li>- основы техники способов плавания и прикладного плавания;</li> <li>- методик обучения способам</li> </ul>	<p>26. Основы обучения плаванию. 27. Особенности обучения плаванию грудных детей. 28. Особенности обучения плаванию детей дошкольного возраста. 29. Особенности обучения плаванию детей младшего школьного возраста. 30. Особенности обучения плаванию детей среднего школьного возраста. 31. Особенности обучения плаванию в подростковом возрасте. 32. Особенности обучения плаванию взрослых. 33. Организация занятий по плаванию. 34. Особенности обучения плаванию</p>

<p>обучению и физической подготовке</p>	<p>плавания;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методик развития физических качеств средствами плавания;</li> <li>- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием;</li> <li>- правил и организации соревнований по плаванию;</li> <li>- методик проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию спортивного плавания;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства спортивного плавания с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений, используемых в плавании;</li> <li>- использовать средства спортивного плавания для проведения</li> </ul>	<p>в открытых водоемах.</p>
---	--	-----------------------------

	<p>подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств спортивного плавания;</li><li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений;</li><li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании;</li><li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по плаванию;</li><li>- использовать существующие методики проведения соревнований по плаванию проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера;</li></ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов;</li><li>- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств</li></ul>	
--	---	--

	<p>плавания;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом.</li><li>- практической демонстрации общеподготовительных и специальноподготовительных упражнений применяемых в плавании;</li><li>- планирования и проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li><li>- планирования и проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li><li>- планирования и проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;</li><li>- планирования, организации и проведения спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий при участии педагогических работников образовательной организации;</li><li>- развития жизненно важных физических способностей средствами и методами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>- формирования основ физкультурных знаний;</li><li>- реализации здоровьесохраняющих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>- нормирования и регулирования нагрузки на</li></ul>	
--	--	--

	<p>занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применения методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся;</li> <li>- применения методов контроля и анализа эффективности проведения занятий.</li> </ul>	
<p><b>ОПК-7</b> Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- основ личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде.</li> <li>- гигиенических особенностей проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> <li>- санитарно-гигиенических требований, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма при занятиях плаванием;</li> <li>- факторов и причин травматизма в процессе занятий плаванием;</li> <li>- приемов помощи и страховки при проведении</li> </ul>	<p>35. Методика спасения тонущего.  36. Техника безопасности к проведению занятий по плаванию.  37. Санитарно-гигиенических требований к проведению занятий по плаванию.</p>

	<p>занятий по физической культуре с использованием средств спортивного плавания;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- требований к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по плаванию;</li><li>- способов (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по плаванию;</li><li>- особенностей занятий спортивного плавания;</li></ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li><li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по плаванию;</li><li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по плаванию;</li><li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li><li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.</li></ul>	
--	---	--



	<p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li><li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li><li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li><li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях по плаванию;</li><li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li><li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</li><li>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</li><li>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами</li></ul>	
--	---	--

	охраны жизни и здоровья обучающихся.	
--	--------------------------------------	--

### **Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программы  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА:  
СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

*(наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)*

---

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
*(шифр, наименование)*

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность  
*(направленность (профиль) подготовки)*

Форма обучения: очная  
*(очная/заочная)*

Автор (ы) ФОС: Емельянова Юлия Николаевна, к.п.н., доцент  
*(ФИО, ученая степень и должность преподавателей)*

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «б» марта 2019 года,  
Протокол № 9.

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p><i>ОПК-1</i> способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p><i>ПС 05.005 «Инструктор-методист»</i> D/02.6 Контроль тренировочного и образовательного процессов F/03.6 Руководство методическим сопровождением деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта <i>ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</i> A/03.6 Руководство физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях <i>ПС 05.003 Тренер</i> C/01.6 Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)</p>	<p><b>Знания:</b> - терминологию и классификацию в подвижных и спортивных играх; - содержание и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств спортивных и подвижных игр. <b>Умения:</b> - Решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по спортивным и подвижным играм. <b>Навыки:</b> планирования занятия по подвижным и спортивным играм.</p>
<p><i>ОПК-3</i> Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p><i>ПС 05.003 Тренер</i> C/01.6 Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) <i>ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</i> A/03.6 Руководство физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях</p>	<p><b>Знания:</b> - историю и современное состояние подвижных и спортивных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности. <b>Умения:</b> - использовать методы, средства и методические приемы при проведении</p>

		занятий подвижным и спортивным играм в зависимости от поставленных задач. <b>Навыки:</b> - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбор подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся.
<i>ОПК-7</i> Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	<i>ПС 05.005 «Инструктор-методист»</i> F/03.6 Руководство методическим сопровождением деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта <i>ПС 05.003 Тренер</i> C/01.6 Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) <i>ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»</i> C/05.6 Обеспечение безопасности работников, участников спортивных соревнований и посетителей при использовании спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения (объекта спорта)	<b>Знает:</b> - факторы и причины травматизма в процессе занятий подвижными и спортивными играми. <b>Умеет:</b> - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по спортивным и подвижным играм. <b>Навыки или опыт деятельности:</b> - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по подвижным и спортивным играм.

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе** текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
<b>МОДУЛЬ 1</b> <b>МОДУЛЬ 2</b>	ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7	Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>МОДУЛЬ 3</b> <b>МОДУЛЬ 4</b>	ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7	Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

#### Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК-1 ОПК-3 ОПК-7	Ответ на вопрос экзаменационного билета	не аттестован низкий средний высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

#### Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50

Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован	50 и менее
	Низкий	51 – 65
	Средний	66 – 84
	Высокий	85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода:

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

## 2. ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

#### Тестирование (примеры тестов)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОПК-1	<b>Знает:</b> - содержание и правила оформления конспекта урока с использованием средств подвижных игр; - терминологию и классификацию в играх.	Подвижная игра – сознательная деятельность человека, характеризующаяся активными...? а) физическими упражнениями б) двигательными действиями в) подвижными действиями г) игровыми действиями
ОПК-3	<b>Знает:</b> - историю и современное состояние подвижных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - средства подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности.	Подвижные игры характеризуются...? а) специально оборудованной площадкой б) строгой специализацией игроков в) возможностью изменения правил г) присвоением спортивных разрядов

ОПК-7	<b>Знает:</b> - факторы и причины травматизма в процессе занятий подвижными играми.	К способам регулирования нагрузки в подвижных играх не относятся? а) изменение последовательности препятствий б) изменение длины дистанции в) изменение количества команд г) изменения сложности задания
-------	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	не аттестован	50% и менее
	низкий	51 – 65 %
	средний	66% – 84%
	высокий	85 – 100%

### Практическая работа

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК-1	<b>Умеет:</b> - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по подвижным играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся.	Подобрать подвижную игру для решения образовательных, развивающих, воспитательных задач урока физической культуры
	<b>Имеет опыт:</b> - планирования занятия по подвижным играм.	Провести педагогический анализ проведенных подвижных игр
ОПК-3	<b>Умеет:</b> - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий подвижным играм в зависимости от поставленных задач.	Выбрать способ деления на команды (выбора водящего) в зависимости от возраста играющих и формы занятия.
	<b>Имеет опыт:</b> - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбор подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся.	Составить конспект и провести комплекс упражнений для подготовительной части урока для учащихся различного возраста (по заданию)
ОПК-7	<b>Навыки или опыт деятельности:</b> - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по подвижным и спортивным играм..	Провести инструктаж по технике безопасности при проведении подвижной игры.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций



Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### Вопросы для проведения промежуточной аттестации

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОПК-1	<b>Знает:</b> - содержание и правила оформления конспекта урока с использованием средств подвижных игр; - терминологию и классификацию в играх;	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятие об игровой деятельности. Определение подвижной игры как вида деятельности.</li> <li>2. Теории происхождения и развития игры. История происхождения и распространения подвижных игр.</li> <li>3. Специфические особенности подвижных игр. Отличие подвижных игр от спортивных.</li> <li>4. Оздоровительное значение подвижных игр.</li> <li>5. Образовательное значение подвижных игр.</li> </ol>

		<p>игр.</p> <p>6. Воспитательное значение подвижных игр.</p> <p>7. Типология и классификация подвижных игр в педагогической практике.</p>
ОПК-3	<p><b>Знает:</b></p> <p>- историю и современное состояние подвижных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;</p> <p>- средства подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;</p>	<p>8. Подвижные игры для учащихся 1-4 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения.</p> <p>9. Подвижные игры для учащихся 5-6 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения.</p> <p>10. Подвижные игры для учащихся 7-9 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения.</p> <p>11. Подвижные игры для учащихся 10-11 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения.</p> <p>12. Критерии выбора подвижной игры. Подготовка руководителя к игре. Предварительный анализ игры.</p> <p>13. Подготовка места для проведения подвижных игр, разметка площадки. Подготовка инвентаря для подвижных игр.</p> <p>14. Размещение играющих и место руководителя при объяснении игры.</p> <p>15. Требования к рассказу и порядок объяснения подвижной игры. Роль и место показа во время объяснения игры.</p> <p>16. Способы выбора водящего и их характеристика.</p> <p>17. Способы распределения игроков на команды и их характеристика. Выбор помощников и капитанов команд.</p> <p>18. Основные задачи руководителя игры. Наблюдение за ходом игры и поведением играющих. Руководство процессом игры, судейство.</p> <p>19. Дозировка физической нагрузки в процессе игры.</p> <p>20. Окончание игры. Подведение итогов игры и ее обсуждение.</p> <p>21. Оздоровительные задачи подвижных игр в спорте.</p> <p>22. Образовательные задачи подвижных игр в спорте.</p> <p>23. Воспитательные задачи подвижных игр в спорте.</p> <p>24. Методика применения подвижных игр для отбора в спорте.</p>
ОПК-7	<p><b>Знает:</b></p> <p>- факторы и причины травматизма в процессе</p>	<p>25. Методика использования подвижных игр для физической, технической, тактической, морально-волевой подготовки</p>

	занятий подвижными играми.	<p>юных спортсменов.</p> <p>26. Задачи, методика, организация и проведение игр с элементами базовых видов спорта. Примерные игры.</p> <p>27. Подвижные игры в детских оздоровительных лагерях. Примерные игры на местности.</p> <p>28. Особенности организации и методики проведения подвижных игр на открытом воздухе (летом на воде, зимой на снегу и на льду).</p> <p>29. Организация и проведение соревнований по подвижным играм. Основная документация (календарь соревнований, положение о соревнованиях, заявка на участие в соревнованиях, протоколы соревнований, отчет о проведении соревнований).</p> <p>30. Предупреждение травматизма при занятиях подвижными играми.</p>
--	----------------------------	---

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

## ВОЛЕЙБОЛ

### Тестирование (примеры)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
-------------------------	-----------------------	------------------

ОПК-1	<b>Знает:</b> - терминологию и классификацию в спортивных играх; - историю и современное состояние спортивных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании.	<i>Дата изобретения волейбола?</i> а) 1972 б) 1895 в) 1891
ОПК-3	<b>Знает:</b> - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности	<i>Размеры волейбольной площадки</i> а) 8x16 м б) 9x18 м в) 9,5x19 м г) 25x14 м
ОПК - 7	<b>Знать:</b> - факторы и причины травматизма в процессе занятий спортивными играми.	<i>Высота женской сетки?</i> а) 2, 32 м б) 2, 24 м в) 2, 43 м г) 2, 44 м

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	не аттестован	50% и менее
	низкий	51% – 65 %
	средний	66 % – 84%
	высокий	85% – 100%

### Практические работы (примеры)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОПК-1	<b>Умеет:</b> - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по спортивным играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся.	Подобрать упражнения для одного из этапов обучения техническому приему (начальное обучение)

	<b>Имеет опыт:</b> - планирования занятия по спортивным играм.	Составить комплекс упражнений для обучения техническому приему (начальное обучение)
ОПК-3	<b>Умеет:</b> - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по спортивным играм в зависимости от поставленных задач.	Провести фрагмент урока по обучению технике волейбола.
ОПК- 7	<b>Знает:</b> - факторы и причины травматизма в процессе занятий спортивными играми; <b>Умеет:</b> - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по спортивным и подвижным играм <b>Имеет опыт:</b> - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по подвижным и спортивным играм.	1. Подготовить конспект и провести фрагмент урока по волейболу для учащихся различных классов (по заданию преподавателя) 2. Проведение соревнования (фрагмента) по волейболу: составление положения о проведении соревнований 3. Выполнения обязанностей судей и судейство учебных игр (секретаря, судьи в поле).

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические

		работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.
--	--	---

### Вопросы для проведения промежуточной аттестации

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОПК – 1 ОПК – 3	<b>Знать:</b> - терминологию и классификацию в спортивных играх; историю и современное состояние спортивных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;	1. История развития и возникновение волейбола. 2. Эволюция игры: правил, техники и тактики. 3. Классификация техники в волейболе. 4. Значение волейбола в системе физического воспитания. 5. Особенности волейбола как средства физического воспитания. 6. Оборудование и инвентарь (площадка, щит, мяч, корзина) 7. Правила владения мячом. 8. Судьи и их обязанности. 9. Организация и проведение соревнований по волейболу в школе.
ОПК – 1 ОПК - 3	<b>Знать:</b> - содержание и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств спортивных и подвижных игр; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности	10. Методика обучения технике стойкам и перемещениям. 11. Методика обучения технике передачи мяча снизу двумя руками. 12. Методика обучения технике передачи мяча сверху двумя руками. 13. Методика обучения технике блокирования. 14. Методика обучения технике верхней прямой подачи. 15. Методика обучения технике нападающего удара. 16. Определение ошибок и их исправление (на примере одного из приемов техники).
ОПК - 7	<b>Знать:</b> - факторы и причины травматизма в процессе занятий спортивными играми;	17. Организация и проведение урока по волейболу. 18. Травматизм в волейболе. Предупреждение травм на занятиях волейболом. 19. Оборудование и инвентарь для урока по волейболу. 20. Гигиенические требования для занятий волейболом.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
------------------	-------------------	---------------------

Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

## БАСКЕТБОЛ

### Тестирование (пример)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОПК - 1	<b>Знает:</b> - терминологию и классификацию в спортивных играх; - содержание и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств спортивных и подвижных игр.	1. Назовите дату изобретения баскетбола? а) 1901      б) 1891      в) 1881 2. В каком году были изданы первые правила баскетбола? а) 1894      б) 1893      в) 1896
ОПК - 3	<b>Знает:</b> - историю и современное состояние спортивных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - средства спортивных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и	1. Размеры баскетбольной площадки а) 16 x 8      б) 20 x 15      в) 28 x 15      г) 25 x 14 2. Высота до кольца а) 3,5 м      б) 3.05 м      в) 3.15 м      г) 3,10 м.





	<p>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по подвижным и спортивным играм..</p>	<p>2. Проведение фрагмента урока физической культуры с использованием средств баскетбола:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-практическая демонстрация профессионально-педагогических умений и опыта владения организацией группы занимающихся при проведении урока по спортивным играм;</li> <li>-практическая демонстрация техники баскетбола;</li> <li>- проведение упражнений по обучению техническим приемам баскетбола;</li> <li>-проведение фрагмента урока, содержащего составленные упражнения;</li> <li>-демонстрация командного голоса и владения терминологией баскетбола при объяснении техники двигательного действия;</li> <li>-проведение фрагмента урока с использованием приемов помощи и страховки при обучении спортивным играм.</li> </ul>
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практическая работа	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.

	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.
--	----------------------	--

### Вопросы для проведения промежуточной аттестации (примеры)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОПК - 1	<b>Знает:</b> - терминологию и классификацию в спортивных играх.	1. Оборудование и инвентарь (площадка, щит, мяч, корзина) 2. Техническое оборудование игры.
ОПК - 3	<b>Знает:</b> - историю и современное состояние спортивных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании.	1. История развития и возникновения баскетбола. 2. Эволюция игры: правил, техники и тактики. 3. Классификация техники в баскетболе.
ОПК - 7	<b>Знает:</b> - факторы и причины травматизма в процессе занятий спортивными играми.	1. Организация и проведение занятий по баскетболу. 2. Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на соревнованиях по баскетболу.

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

**Приложение**  
Приложение к рабочей программы  
дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Фонд оценочных средств**

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА:  
ЛЫЖНЫЙ СПОРТ

*(наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)*

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
*(шифр, наименование)*

Направленность (профиль): Физкультурно-оздоровительная деятельность  
*(направленность (профиль) подготовки)*

Форма обучения: очная  
*(очная/заочная)*

Автор (ы) ФОС: ст.преподаватель Файзрахманов Р.Ш.

ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры «7» марта 2019 года  
Протокол № 8.

# 1. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ В ХОДЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
<p><b>ОПК-1</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</p>	<p><b>ПС «Тренер» С/01.6</b></p> <p><b>ПС «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» F/02.6</b></p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- биомеханики статических положений и различных видов движений человека;</li> <li>- положений теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- специфики планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li> <li>- методических и технологических подходов, структур построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- документов планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организации образовательного процесса в образовательных организациях (дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования);</li> <li>- принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по лыжному спорту;</li> <li>- содержания и правил оформления конспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств лыжной подготовки;</li> <li>- правил и организаций соревнований в лыжном спорте;</li> <li>- способов оценки результатов обучения в лыжном спорте;</li> <li>- терминологии, классификации и общая характеристика упражнений в лыжном спорте;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по лыжному спорту;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий</li> </ul>

		<p>по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей лыжного спорта;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по лыжному спорту;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятий по лыжному спорту;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> </ul>
<p><b>ОПК-3</b> Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p><b>ПС «Тренер» С/01.6</b></p> <p><b>ПС «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» F/02.6</b></p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- истории и современное состояние лыжного спорта, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- воспитательных возможностей при занятиях лыжным спортом;</li> <li>- основ техники передвижения на лыжах классическим и свободным стилем;</li> <li>- методик обучения технике передвижения на лыжах классическим и свободным стилем;</li> <li>- методик развития физических качеств средствами лыжной спорта;</li> <li>- методик контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях лыжным спортом;</li> <li>- правил и организации соревнований в лыжном спорте;</li> <li>- методик проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по</li> </ul>

		<p>лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</li><li>- использовать в своей деятельности терминологию лыжного спорта;</li><li>- распределять на протяжении занятия средства лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся;</li><li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в лыжном спорте;</li><li>- использовать средства лыжного спорта для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);</li><li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств лыжного спорта;</li><li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений лыжному спорту;</li><li>- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств лыжного спорта;</li><li>- оценивать качество выполнения упражнений в лыжном спорте и определять ошибки в технике;</li><li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в лыжном спорте подбирать приемы и средства для их устранения;</li><li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по лыжному спорту;</li><li>- использовать существующие методики проведения соревнований по лыжному спорту проведения физкультурно-</li></ul>
--	--	--

		<p>спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по лыжному спорту;</p> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- - выполнение контрольных нормативов по видам лыжному спорту;</li> <li>- практической демонстрации общеподготовительных и специальноподготовительных упражнений по лыжному спорту;</li> <li>- планирования и проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li> <li>- планирования и проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li> <li>- планирования и проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;</li> <li>- планирования, организации и проведения спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий при участии педагогических работников образовательной организации;</li> <li>- развития жизненно важных физических способностей средствами и методами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- формирования основ физкультурных знаний;</li> <li>- реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- нормирования и регулирования нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>- применения методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся;</li> <li>- применения методов контроля и анализа эффективности проведения занятий.</li> </ul>
<p><b>ОПК-7</b> Способен обеспечивать</p>	<p><b>ПС «Тренер» С/01.6</b></p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенических требований</li> </ul>

<p>соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</p>	<p><b>ПС «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» F/02.6</b></p>	<p>к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основ личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде.</li> <li>- гигиенических особенностей проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> <li>- санитарно-гигиенических требований, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма при занятиях лыжным спортом;</li> <li>- факторов и причин травматизма в процессе занятий лыжным спортом;</li> <li>- приемов помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств лыжного спорта;</li> <li>- требований к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по лыжному спорту;</li> <li>- способов (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по лыжному спорту;</li> <li>- особенностей занятий лыжным спортом;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li> <li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по лыжному спорту;</li> <li>- организовывать группу занимающихся</li> </ul>
--	---	---



		<p>в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по лыжному спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li> <li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях лыжным спортом;</li> <li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li> <li>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по лыжному спорту;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</li> <li>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</li> </ul>
--	--	---

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

### **Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

### **Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
			не аттестован	
<b>МОДУЛЬ 1.</b>				
Анализ техники и методика обучения классическому одновременному бесшажному ходу.	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Практическая работа Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Анализ техники и методика обучения классическому попеременному двухшажному ходу.	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Практическая работа Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Анализ техники и методика обучения классическому одновременному одношажному ходу.	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Практическая работа Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Анализ техники и методика обучения классическому одновременному двухшажному ходу.	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Практическая работа Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Демонстрация основ техники классических лыжных ходов с выполнением норматива.	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Практическая работа Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	0 3 4 5

Подготовительная и заключительная часть занятия по лыжному спорту.	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Практическая работа Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	0 1 3 5
<b>макс:</b>				<b>20</b>

<b>МОДУЛЬ 2.</b>				
Анализ техники и методика обучения коньковому попеременному двухшажному ходу.	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Практическая работа Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Анализ техники и методика обучения коньковому одновременному двухшажному ходу (равнинный или подъемный вариант).	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Практическая работа Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Анализ техники и методика обучения коньковому ходу без отталкивания руками (с махами и без махов руками).	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Практическая работа Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Анализ техники и методика обучения коньковому одновременному одношажному ходу.	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Практическая работа Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Практический норматив: демонстрация основ техники коньковых лыжных ходов с выполнением норматива.	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Практическая работа Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	0 3 4 5
Занятие по лыжному спорту	ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Практическая работа Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	0 1 3 5
<b>макс:</b>				<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>40</b>
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				<b>10</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:</b>				<b>50</b>

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОПК 1 ОПК 3 ОПК 7	Тестирование	не аттестован	0 – 14
		низкий	15 – 32
		средний	33 – 42
		высокий	43 – 50
<b>макс: 50 баллов</b>			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

**2.ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ**

**Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)**

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
<b>ОПК-1</b> Способен планировать содержание	<i>Знает:</i> - биомеханики статических положений и различных	1. Классификация лыж. Выбор, хранение и уход за лыжами. 2. Место и значение лыжного

<p>занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</p>	<p>видов движений человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положений теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- специфики планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li> <li>- методических и технологических подходов, структур построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- документов планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организации образовательного процесса в образовательных организациях (дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования);</li> <li>- принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по лыжному спорту;</li> <li>- содержания и правил оформления конспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств лыжной подготовки;</li> <li>- правил и организаций соревнований в лыжном спорте;</li> <li>- способов оценки результатов обучения в лыжном спорте;</li> <li>- терминологии, классификации и общая</li> </ul>	<p>спорта в системе физического воспитания. Понятие о лыжном спорте и лыжной подготовке, задачи.</p> <p>3. Виды лыжного спорта и их краткая характеристика. Классификация и терминология способов передвижения на лыжах, их характеристика.</p> <p>4. Краткий обзор развития лыжного спорта в России с древнейших времен до сегодняшнего времени.</p> <p>5. Лыжный спорт в Республике Татарстан и выступления лыжников на чемпионатах мира, олимпийских играх и универсиадах.</p> <p>6. Лыжные мази и парафины. Выбор лыжных мазей в зависимости от погоды, состояния снега и лыжни, рельефа местности и индивидуальных особенностей лыжника.</p> <p>7. Классификация и описание спортивных сооружений и лыжных баз. Устройство лыжехранилища.</p> <p>8. Основные средства тренировки. Упражнения основного вида, общеразвивающие и специальные упражнения (специально-подготовительные и специально-подводящие) лыжников-гонщиков.</p> <p>9. Травматизм, его причины и пути предупреждения.</p> <p>10. Особенности организации и методика обучения в лыжном спорте. Задачи обучения. Принципы и методы обучения.</p> <p>11. Взаимодействие навыков и последовательность обучения отдельным способам передвижения на лыжах: поворотом на месте, ходам, подъемам, спускам, торможениям, поворотам в движении.</p> <p>12. Особенности организации и методика проведения уроков лыжной подготовки в начальных классах.</p> <p>13. Особенности организации и методика проведения уроков лыжной подготовки в средних классах.</p> <p>14. Особенности организации и методика проведения уроков лыжной подготовки в старших классах.</p>
--	--	---

	<p>характеристика упражнений в лыжном спорте;</p> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по лыжному спорту;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей лыжного спорта;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по лыжному спорту;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятий по лыжному спорту;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> </ul>	<p>15. Игры на уроках лыжной подготовки.</p> <p>16. Этапы обучения технике передвижения на лыжах.</p> <p>17. Планирование соревнований. Календарный план соревнований и требования, предъявляемые к его составлению. Положение о соревнованиях.</p> <p>18. Методы обучения технике передвижения на лыжах.</p> <p>19. Принципы обучения технике передвижения на лыжах.</p> <p>20. Формы организации и проведения занятий по обучению передвижения на лыжах.</p> <p>21. Формы подготовки в лыжном спорте: физическая (общая и специальная), морально-волевая, психологическая, техническая, тактическая и теоретическая.</p> <p>22. Скользящий шаг, его периоды и фазы.</p> <p>23. Анализ техники одновременного бесшажного классического хода и методика обучения.</p> <p>24. Анализ техники попеременного двухшажного классического хода и методика обучения.</p> <p>25. Анализ техники одновременного одношажного классического хода и методика обучения.</p> <p>26. Анализ техники одновременного двухшажного классического хода и методика обучения.</p> <p>27. Анализ техники полуконькового хода и методика обучения.</p> <p>28. Анализ техники одновременного двухшажного конькового хода (горный вариант) и методика обучения.</p> <p>29. Анализ техники конькового ход без отталкивания руками (с махами и без махов руками) и методика обучения.</p> <p>30. Анализ техники попеременного конькового хода и методика обучения.</p> <p>31. Анализ техники</p>
<p><b>ОПК-3</b> Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- истории и современное состояние лыжного спорта, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> </ul>	

<p>мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитательных возможностей при занятиях лыжным спортом;</li> <li>- основ техники передвижения на лыжах классическим и свободным стилем;</li> <li>- методик обучения технике передвижения на лыжах классическим и свободным стилем;</li> <li>- методик развития физических качеств средствами лыжной спорта;</li> <li>- методик контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях лыжным спортом;</li> <li>- правил и организации соревнований в лыжном спорте;</li> <li>- методик проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию лыжного спорта;</li> </ul>	<p>одновременного одношажного конькового хода и методика обучения.</p> <p>32. Анализ техники одновременного двухшажного конькового хода (равнинный вариант) и методика обучения.</p> <p>33. Анализ техники спусков с преодолением неровностей скола и методика обучения.</p> <p>34. Анализ техники подъемов и методика обучения.</p> <p>35. Анализ техники торможений и методика обучения.</p> <p>36. Анализ техники переходов с одновременных ходов на попеременные и методика обучения.</p> <p>37. Анализ техники перехода с попеременных ходов на одновременные и методика обучения.</p> <p>38. Анализ техники торможений и методика обучения.</p> <p>39. Анализ техники поворотов и методика обучения.</p> <p>40. Анализ техники подъемов и методика обучения.</p> <p>41. Анализ техники спусков, преодоления неровностей и методика обучения.</p> <p>42. Санитарно-гигиенические требования к проведению занятий по лыжной подготовке.</p>
--	--	---

- распределять на протяжении занятия средства лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся;
- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в лыжном спорте;
- использовать средства лыжного спорта для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);
- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств лыжного спорта;
- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений лыжному спорту;
- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств лыжного спорта;
- оценивать качество выполнения упражнений в лыжном спорте и определять ошибки в технике;
- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в лыжном спорте подбирать приемы и средства для их устранения;
- использовать систему нормативов и методик



	<p>контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по лыжному спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать существующие методики проведения соревнований по лыжному спорту проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по лыжному спорту;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- - выполнение контрольных нормативов по видам лыжному спорту;</li> <li>- практической демонстрации общеподготовительных и специальноподготовительных упражнений по лыжному спорту;</li> <li>- планирования и проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li> <li>- планирования и проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li> <li>- планирования и проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;</li> <li>- планирования, организации и проведения спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий при участии педагогических работников образовательной организации;</li> <li>- развития жизненно важных физических способностей средствами и методами</li> </ul>	
--	---	--

	<p>базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирования основ физкультурных знаний;</li> <li>- реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- нормирования и регулирования нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>- применения методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся;</li> <li>- применения методов контроля и анализа эффективности проведения занятий.</li> </ul>	
<p><b>ОПК-7</b> Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- основ личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде.</li> <li>- гигиенических особенностей проведения физкультурно-оздоровительных занятий с</li> </ul>	

	<p>лицами разных возрастных групп;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- санитарно-гигиенических требований, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма при занятиях лыжным спортом;</li><li>- факторов и причин травматизма в процессе занятий лыжным спортом;</li><li>- приемов помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств лыжного спорта;</li><li>- требований к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по лыжному спорту;</li><li>- способов (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по лыжному спорту;</li><li>- особенностей занятий лыжным спортом;</li></ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li><li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по лыжному спорту;</li><li>- организовывать группу занимающихся в зависимости</li></ul>	
--	--	--

	<p>от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по лыжному спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li><li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.</li></ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li><li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li><li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li><li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях лыжным спортом;</li><li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li><li>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по лыжному спорту;</li><li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и</li></ul>	
--	--	--

	<p>инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</p> <p>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</p> <p>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>	
--	--	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

### Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
<b>ОПК-1</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- биомеханики статических положений и различных видов движений человека;</li> <li>- положений теории</li> </ul>	<p>1. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения классическому одновременно</p>

<p>теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</p>	<p>физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- специфики планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li> <li>- методических и технологических подходов, структур построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- документов планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организации образовательного процесса в образовательных организациях (дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования);</li> <li>- принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по лыжному спорту;</li> <li>- содержания и правил оформления конспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств лыжной подготовки;</li> <li>- правил и организаций соревнований в лыжном спорте;</li> <li>- способов оценки результатов обучения в лыжном спорте;</li> <li>- терминологии, классификации и общая характеристика упражнений в лыжном спорте;</li> </ul>	<p>бесшажному ходу.</p> <p>2. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения классическому попеременному двухшажному ходу.</p> <p>3. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения классическому одновременному одношажному ходу.</p> <p>4. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения классическому одновременному двухшажному ходу.</p> <p>5. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения полуконьковому ходу.</p> <p>6. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому одновременному двухшажному ходу (горный вариант).</p> <p>7. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому одновременному двухшажному ходу (равнинный вариант).</p> <p>8. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому ходу без отталкивания руками (с махами и без махов руками).</p> <p>9. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения</p>
---	--	--

	<p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по лыжному спорту;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей лыжного спорта;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по лыжному спорту;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятий по лыжному спорту;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> </ul>	<p>коньковому попеременному двухшажному ходу.</p> <p>10. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому одновременному одношажному ходу.</p> <p>11. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке направленного на развитие силы.</p> <p>12. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке направленного на развитие быстроты.</p> <p>13. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке направленного на развитие координационных способностей.</p> <p>14. Составить план-конспект по лыжной подготовке направленного на развитие выносливости.</p> <p>15. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке направленного на развития скоростно-силовых способностей.</p>
<p><b>ОПК-3</b> Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- истории и современное состояние лыжного спорта, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- воспитательных возможностей при занятиях</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Демонстрация техники выполнения скользящего шага.</li> <li>2. Демонстрация техники выполнения попеременного двухшажного классического хода.</li> <li>3. Демонстрация техники выполнения одновременного двухшажного классического хода.</li> </ol>

<p>средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p>лыжным спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основ техники передвижения на лыжах классическим и свободным стилем;</li> <li>- методик обучения технике передвижения на лыжах классическим и свободным стилем;</li> <li>- методик развития физических качеств средствами лыжной спорта;</li> <li>- методик контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях лыжным спортом;</li> <li>- правил и организации соревнований в лыжном спорте;</li> <li>- методик проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию лыжного спорта;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Демонстрация техники выполнения одновременно бесшажного классического хода.</li> <li>5. Демонстрация техники выполнения одновременно одношажного классического хода.</li> <li>6. Демонстрация техники выполнения полуконькового хода.</li> <li>7. Демонстрация техники выполнения конькового хода с махами рук и без махов руками.</li> <li>8. Демонстрация техники выполнения одновременно двухшажного конькового хода.</li> <li>9. Демонстрация техники выполнения одновременно одношажного конькового хода.</li> <li>10. Демонстрация техники выполнения попеременного двухшажного конькового хода.</li> <li>11. Демонстрация техники преодоления спусков, подъемов, преодоления неровностей, торможений, поворотов на месте и в движении.</li> <li>12. Провести часть урока по лыжной подготовке в соответствии с подготовленным планом-конспектом урока.</li> </ol>
---	--	--



	<p>лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в лыжном спорте;</li><li>- использовать средства лыжного спорта для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);</li><li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств лыжного спорта;</li><li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений лыжному спорту;</li><li>- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств лыжного спорта;</li><li>- оценивать качество выполнения упражнений в лыжном спорте и определять ошибки в технике;</li><li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в лыжном спорте подбирать приемы и средства для их устранения;</li><li>- использовать систему</li></ul>	
--	--	--

	<p>нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по лыжному спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- использовать существующие методики проведения соревнований по лыжному спорту проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по лыжному спорту;</li></ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- выполнение контрольных нормативов по видам лыжному спорту;</li><li>- практической демонстрации общеподготовительных и специальноподготовительных упражнений по лыжному спорту;</li><li>- планирования и проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li><li>- планирования и проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li><li>- планирования и проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;</li><li>- планирования, организации и проведения спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий при участии педагогических работников образовательной организации;</li><li>- развития жизненно важных</li></ul>	
--	--	--

	<p>физических способностей средствами и методами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирования основ физкультурных знаний;</li> <li>- реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- нормирования и регулирования нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>- применения методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся;</li> <li>- применения методов контроля и анализа эффективности проведения занятий.</li> </ul>	
<p><b>ОПК-7</b> Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- основ личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде.</li> <li>- гигиенических особенностей проведения</li> </ul>	<p>1. Провести урок по лыжной подготовке в соответствии с подготовленным планом-конспектом.</p>

	<p>физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- санитарно-гигиенических требований, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма при занятиях лыжным спортом;</li><li>- факторов и причин травматизма в процессе занятий лыжным спортом;</li><li>- приемов помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств лыжного спорта;</li><li>- требований к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по лыжному спорту;</li><li>- способов (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по лыжному спорту;</li><li>- особенностей занятий лыжным спортом;</li></ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li><li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по лыжному спорту;</li></ul>	
--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"><li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по лыжному спорту;</li><li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li><li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.</li></ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li><li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li><li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li><li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях лыжным спортом;</li><li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li><li>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по лыжному спорту;</li><li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий:</li></ul>	
--	---	--

	<p>профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</p> <p>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</p> <p>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>	
--	---	--

### Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

### 3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
<p><b>ОПК-1</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- биомеханики статических положений и различных видов движений человека;</li> <li>- положений теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- специфики планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li> <li>- методических и технологических подходов, структур построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- документов планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организации образовательного процесса в образовательных организациях (дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования);</li> <li>- принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по лыжному спорту;</li> <li>- содержания и правил оформления конспекта учебно-тренировочного занятия с использованием</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. На сколько групп подразделяются классические лыжные ходы?             <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Две</li> <li>б) Три</li> <li>в) Четыре</li> </ol> </li> <li>2. На сколько групп подразделяются коньковые лыжные ходы?             <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Две</li> <li>б) Три</li> <li>в) Четыре</li> <li>г) Пять</li> </ol> </li> <li>3. Основой техники классического попеременного двухшажного хода является...             <ol style="list-style-type: none"> <li>а) скользящий шаг</li> <li>б) попеременная работа палками</li> <li>в) отталкивание от скользящего упора</li> <li>г) сильное отталкивание ногой</li> </ol> </li> <li>4. Назовите основной принцип подразделения лыжных ходов на попеременные и одновременные:             <ol style="list-style-type: none"> <li>а) По варианту работы рук</li> <li>б) По варианту работы ног</li> <li>в) По длине проката</li> <li>г) По скорости передвижения</li> </ol> </li> <li>5. К попеременным ходам относится...             <ol style="list-style-type: none"> <li>а) бесшажный</li> <li>б) одношажный</li> <li>в) двухшажный</li> </ol> </li> <li>6. Какой из названных одновременных ходов не существует в классификации коньковых ходов?             <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Одношажный</li> <li>б) Двухшажный</li> <li>в) Четырехшажный</li> </ol> </li> <li>7. Для чего существуют способы переходов с одного лыжного хода на другой?             <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Изменения направления движения</li> <li>б) Смены хода без потери времени</li> <li>в) Изменения скорости передвижения</li> <li>г) Изменения темпа передвижения</li> </ol> </li> </ol>

<p>средств лыжной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правил и организаций соревнований в лыжном спорте;</li> <li>- способов оценки результатов обучения в лыжном спорте;</li> <li>- терминологии, классификации и общая характеристика упражнений в лыжном спорте;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по лыжному спорту;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей лыжного спорта;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по лыжному спорту;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятий по лыжному спорту;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов,</li> </ul>	<p>8. Какие упражнения относятся к соревновательным?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Имитация лыжных ходов на месте и в движении</li> <li>б) Кроссовый бег по трассе предстоящих соревнований</li> <li>в) Все способы передвижения на лыжах, используемые непосредственно на соревнованиях</li> <li>г) Передвижение на лыжах различными способами в условиях разного рельефа трасс, с различной интенсивностью и продолжительностью</li> </ul> <p>9. Существуют попеременный двухшажный и одновременный двухшажный ход. В чем существенная разница между этими ходами?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) в длине скользящего шага</li> <li>б) в маховом выносе ноги</li> <li>в) в подседании перед толчком ногой</li> <li>г) в работе рук</li> </ul> <p>10. Какой из названных коньковых ходов не существует в классификации?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Одношажный</li> <li>б) Двухшажный</li> <li>в) Попеременный</li> <li>г) Бесшажный</li> </ul> <p>11. Назовите попеременные коньковые ходы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Попеременный одношажный</li> <li>б) Попеременный двухшажный</li> <li>в) Попеременный трехшажный</li> <li>г) Попеременный четырехшажный</li> </ul> <p>12. Самым скоростным способом передвижения коньковым стилем на равнине считается...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) попеременный двухшажный</li> <li>б) одновременный одношажный</li> <li>в) одновременный двухшажный</li> <li>г) полуконьковый</li> </ul> <p>13. В каких ходах отталкивание осуществляется в момент кратковременной остановки лыжи?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Комбинированных</li> <li>б) Классических</li> <li>в) Коньковых</li> <li>г) Основных</li> </ul> <p>14. Как выполняется отталкивание в коньковых ходах?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Нажимом</li> <li>б) Скользящим упором</li> </ul>
--	---



	функционального состояния и возраста контингента занимающихся;	в) Разворотом г) Махом 15. Какой ход используется при передвижении по дуге?
<p><b>ОПК-3</b></p> <p>Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- истории и современное состояние лыжного спорта, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- воспитательных возможностей при занятиях лыжным спортом;</li> <li>- основ техники передвижения на лыжах классическим и свободным стилем;</li> <li>- методик обучения технике передвижения на лыжах классическим и свободным стилем;</li> <li>- методик развития физических качеств средствами лыжной спорта;</li> <li>- методик контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях лыжным спортом;</li> <li>- правил и организации соревнований в лыжном спорте;</li> <li>- методик проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать методы,</li> </ul>	<p>а) одновременный двухшажный; б) одновременный одношажный; в) полуконьковый ход.</p> <p>16. Какой из коньковых ходов применяется на проложенной лыжне?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Полуконьковый</li> <li>б) Одновременный одношажный</li> <li>в) Одновременный двухшажный</li> <li>г) Попеременный</li> </ul> <p>17. Какой из коньковых ходов называют «скользящей елочкой»?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Полуконьковый</li> <li>б) Одновременный одношажный</li> <li>в) Одновременный двухшажный</li> <li>г) Попеременный</li> </ul> <p>18. Какой из лыжных ходов наиболее часто применяется в лыжных гонках свободным стилем?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Попеременный двухшажный</li> <li>б) Попеременный четырехшажный</li> <li>в) Одновременный двухшажный</li> <li>г) Одновременный бесшажный</li> </ul> <p>19. Выбор способа подъема в гору зависит от...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) крутизны склона</li> <li>б) длины палок</li> <li>в) длины лыж</li> </ul> <p>20. Назовите последовательность обучения технике коньковых ходов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Попеременный</li> <li>б) Одновременный двухшажный</li> <li>в) Одновременный одношажный</li> <li>г) Полуконьковый</li> <li>д) Коньковый без отталкивания палками</li> </ul> <p>21. Как изменяются компоненты скользящего шага в плохих условиях скольжения?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Увеличивается длина свободного скольжения</li> <li>б) Уменьшается длина свободного скольжения</li> <li>в) Палки ставятся под более тупым углом</li> <li>г) Палки ставятся под более острым углом</li> </ul> <p>22. Какова последовательность применяемых методических приемов</p>

	<p>средства и методические приемы при проведении занятий по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать в своей деятельности терминологию лыжного спорта;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в лыжном спорте;</li> <li>- использовать средства лыжного спорта для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);</li> <li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств лыжного спорта;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений лыжному спорту;</li> <li>- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств лыжного спорта;</li> <li>- оценивать качество выполнения упражнений в лыжном спорте и определять ошибки в технике;</li> </ul>	<p>при обучении занимающихся способам передвижения на лыжах?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Демонстрация упражнения преподавателем</li> <li>б) Опробование упражнения занимающимися</li> <li>в) Объяснение преподавателем механизма выполнения упражнения</li> <li>г) Контроль преподавателя за выполнением упражнения и исправление ошибок</li> </ul> <p>23. На каких дистанциях проводятся соревнования у женщин свободным стилем в программе Олимпийских игр и чемпионатах мира?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) 7,5 км</li> <li>б) 10 км</li> <li>в) 15 км</li> <li>г) 20 км</li> </ul> <p>24. Какой из перечисленных видов спорта считается циклическим?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) гимнастика</li> <li>б) борьба</li> <li>в) волейбол</li> <li>г) лыжные гонки</li> </ul> <p>25. На каких дистанциях проводятся соревнования у мужчин свободным стилем в программе Олимпийских игр и чемпионатах мира?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) 5 км</li> <li>б) 15 км</li> <li>в) 20 км</li> <li>г) 30 км</li> </ul> <p>26. Во время урока по лыжной подготовке у занимающихся начали мерзнуть ноги. Назовите последовательность правильных действий:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Уменьшить скорость передвижения</li> <li>б) Увеличить скорость передвижения</li> <li>в) Сняв лыжи, сделать небольшую пробежку</li> <li>г) Развести костер и обогреть ноги</li> <li>д) Выполнить энергичные махи руками и ногами</li> <li>е) Повести занимающихся в ближайшее теплое помещение</li> </ul> <p>27. Назовите состав бригады судей на старте:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Главный судья</li> </ul>
--	---	---

	<p>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в лыжном спорте подбирать приемы и средства для их устранения;</p> <p>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по лыжному спорту;</p> <p>- использовать существующие методики проведения соревнований по лыжному спорту проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по лыжному спорту;</p> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <p>- - выполнение контрольных нормативов по видам лыжному спорту;</p> <p>- практической демонстрации общеподготовительных и специальноподготовительных упражнений по лыжному спорту;</p> <p>- планирования и проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</p> <p>- планирования и проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</p> <p>- планирования и проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;</p> <p>- планирования, организации и проведения спортивно-массовых и физкультурно-</p>	<p>б) Starter в) Хронометрист г) Помощник стартера д) Секретарь стартера</p> <p>28. Назовите состав бригады судей на финише</p> <p>а) Главный секретарь б) Старший судья на финише в) Судья фиксатор финиша г) Судья фиксатор прихода д) Хронометрист е) Секретарь хронометриста ж) Комендант з) Начальник трасс</p> <p>29. Какие мази применяются при передвижении коньковым стилем?</p> <p>а) мази держания б) мази скольжения в) мази ускорения</p> <p>30. Название лыжных ходов (попеременные или одновременные) дают по работе...</p> <p>а) ног б) туловища в) рук</p> <p>одновременный двухшажный (равнинный вариант), одновременный одношажный.</p>
--	---	--

	<p>оздоровительных мероприятий при участии педагогических работников образовательной организации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развития жизненно важных физических способностей средствами и методами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- формирования основ физкультурных знаний;</li> <li>- реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- нормирования и регулирования нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>- применения методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся;</li> <li>- применения методов контроля и анализа эффективности проведения занятий.</li> </ul>	
<p><b>ОПК-7</b> Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- основ личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- санитарно-гигиенических требований к проведению занятий физкультурой и</li> </ul>	

	<p>спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- гигиенических особенностей проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li><li>- санитарно-гигиенических требований, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма при занятиях лыжным спортом;</li><li>- факторов и причин травматизма в процессе занятий лыжным спортом;</li><li>- приемов помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств лыжного спорта;</li><li>- требований к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по лыжному спорту;</li><li>- способов (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по лыжному спорту;</li><li>- особенностей занятий лыжным спортом;</li></ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря,</li></ul>	
--	--	--

	<p>соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по лыжному спорту;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по лыжному спорту;</li> <li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li> <li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях лыжным спортом;</li> <li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li> <li>- обеспечения безопасности</li> </ul>	
--	--	--

	<p>при проведении учебно-тренировочного занятия по лыжному спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</li> <li>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</li> </ul>	
--	---	--

**Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций**

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	<ul style="list-style-type: none"> <li>– не аттестован</li> <li>– низкий</li> <li>– средний</li> <li>– высокий</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>50% и менее</li> <li>51% – 65 %</li> <li>66 % – 84%</li> <li>85% – 100%</li> </ul>