

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»  
Институт международного образования  
Кафедра физической культуры

*Приложение к программе  
учебной дисциплины*

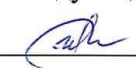
## **ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации студентов  
по дисциплине «**Физическая культура и спорт**»

Направление 45.03.02 «Лингвистика»  
Профиль «Русский язык и переводоведение»

*очная форма обучения*

Заведующий кафедрой

  
«11» февраля 2021 г.

Волгоград  
2021

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 1.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на овладение следующими компетенциями:

– способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7).

#### Этапы формирования компетенций в процессе освоения ОПОП

| Код компетенции | Этап базовой подготовки                                                            | Этап расширения и углубления подготовки | Этап профессионально-практической подготовки |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------|
| УК-7            | Физическая культура и спорт, Элективные дисциплины по физической культуре и спорту |                                         |                                              |

### 1.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

#### Показатели оценивания компетенций на различных этапах их формирования в процессе освоения учебной дисциплины

| № | Разделы дисциплины           | Формируемые компетенции | Показатели сформированности (в терминах «знать», «уметь», «владеть»)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---|------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Методико-практический раздел | УК-7                    | знать:<br>– теоретико-методические и организационные основы физической культуры и здорового образа жизни;<br>– социальную роль физической культуры в развитии индивидуальных психофизических качеств, для реализации процесса самоопределения, саморазвития, самосовершенствования и готовности к профессиональной деятельности;<br>уметь:<br>– определять педагогические возможности различных средств, методов и приемов организации в |

|   |                                                                              |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---|------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                                              |      | обучении, развитии и воспитании;<br>владеть:<br>– навыками творческого применения физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;                                                                                                                                                                                                 |
| 2 | Учебно-тренировочный раздел по видам спорта и системам физических упражнений | УК-7 | знать:<br>– средства и методы развития физических качеств в процессе занятий физической культурой;<br>– основы техники безопасности на занятиях;<br>уметь:<br>– оценивать эффективность влияния занятий на физическое состояние организма;<br>владеть:<br>– средствами и методами формирования здорового стиля жизни, физического самосовершенствования и самовоспитания; |
| 3 | Контрольный раздел                                                           | УК-7 | владеть:<br>– двигательными умениями и навыками из различных видов спорта и систем физических упражнений, определяющих психофизическую готовность к профессиональной деятельности;                                                                                                                                                                                        |

**Оценочные средства и шкала оценивания  
(схема рейтинговой оценки)**

| № | Оценочное средство                                                                                                                            | Баллы | Оцениваемые компетенции | Семестр |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------------|---------|
| 1 | Выполнение контрольных нормативов для оценки общей физической подготовленности (не менее пяти)                                                | 50    | УК-7                    | 4       |
| 2 | Выполнение контрольных нормативов по специальной физической подготовленности по виду спорта или системе физических упражнений (не менее двух) | 14    | УК-7                    | 4       |
| 3 | Выполнение заданий практических занятий                                                                                                       | 36    | УК-7                    | 4       |
| 4 | Выполнение контрольных нормативов для оценки общей физической подготовленности (не менее пяти)                                                | 50    | УК-7                    | 6       |
| 5 | Выполнение контрольных нормативов по специальной физической                                                                                   | 14    | УК-7                    | 6       |

|   |                                                                                   |    |      |   |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------|----|------|---|
|   | подготовленности по виду спорта или системе физических упражнений (не менее двух) |    |      |   |
| 6 | Выполнение заданий практических занятий                                           | 36 | УК-7 | 6 |

Итоговая оценка по дисциплине определяется преподавателем на основании суммы баллов, набранных студентом в течение семестра и период промежуточной аттестации.

Студент, набравший в сумме 60 и менее баллов, получает отметку «незачтено». Студент, набравший 61-100 баллов, получает отметку «зачтено».

## 2. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

Данный раздел содержит типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы. Описание каждого оценочного средства содержит методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Перечень оценочных средств, материалы которых представлены в данном разделе:

1. Выполнение контрольных нормативов для оценки общей физической подготовленности (не менее пяти)
2. Выполнение контрольных нормативов по специальной физической подготовленности по виду спорта или системе физических упражнений (не менее двух)
3. Выполнение заданий практических занятий