

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»  
Институт русского языка и словесности  
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 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями  
подготовки)»  
Профили «Русский язык», «Литература»

*заочная форма обучения*

Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ / Головинова И.Ю.

«25» февраля 2022 г.

Волгоград  
2022

## 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	Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья, Физическая культура и спорт, Элективные дисциплины по физической культуре и спорту		Учебная (ознакомительная) практика

### 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: – теоретико-методические и организационные основы физической культуры и здорового образа жизни; – социальную роль физической культуры в развитии индивидуальных психофизических качеств, для реализации процесса самоопределения, саморазвития, самосовершенствования и готовности к профессиональной деятельности; уметь:

			<p>– определять педагогические возможности различных средств, методов и приемов организации в обучении, развитии и воспитании; владеть:</p> <p>– навыками творческого применения физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;</p>
--	--	--	--

### Критерии оценивания компетенций

Код компетенции	Пороговый (базовый) уровень	Повышенный (продвинутый) уровень	Высокий (превосходный) уровень
УК-7	<p>Демонстрирует умение определять показатели физического развития без учета личностного уровня физической подготовленности. Слабо владеет навыками определения способов поддержания должного уровня сформированности показателей физической подготовленности, необходимого для успешной профессиональной деятельности. Имеет общие теоретические представления о технологиях здоровьесбережения и принципах отбора комплекса физических упражнений, необходимых для укрепления ресурсов организма. Демонстрирует умение</p>	<p>Демонстрирует хорошее умение определять значимые показатели физического развития и физической подготовленности. Хорошо владеет навыками определения способов поддержания должного уровня сформированности показателей физической подготовленности для успешной профессиональной деятельности. Имеет достаточно хорошие теоретические знания о технологиях здоровьесбережения и принципах организации здорового образа жизни. Демонстрирует хорошее умение осуществлять отбор комплекса физических</p>	<p>Демонстрирует умение свободно определять значимые показатели физического развития и соотносить их с личностным уровнем физической подготовленности. Свободно и уверенно владеет навыками определения способов поддержания должного уровня сформированности показателей физической подготовленности для успешной социальной и профессиональной деятельности. Имеет достаточно глубокие теоретические знания о технологиях здоровьесбережения на основе учета их воздействия на системы организма и принципах организации здорового образа жизни. Демонстрирует умение свободно осуществлять отбор комплекса физических упражнений, необходимого для полноценного функционирования всех систем организма и выстраивания стратегий здорового образа жизни. Свободно и уверенно владеет навыками разработки здоровьесберегающих технологий, комбинирования их для более эффективного решения задач укрепления здоровья и развития всех ресурсов организма.</p>

	осуществлять отбор физических упражнений без учета их воздействия на адаптационные ресурсы организма. Слабо владеет навыками разработки технологий, способствующих укреплению здоровья и адаптационных ресурсов организма.	упражнений с учетом их воздействия на ресурсы организма. Хорошо владеет навыками разработки здоровьесберегающих технологий, учитывающих двигательные и адаптационные ресурсы организма.	
--	--	---	--

**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	1з
2	Выполнение контрольных нормативов по специальной физической подготовленности по виду спорта или системе физических упражнений (не менее двух)	14	УК-7	1з
3	Выполнение заданий практических занятий	36	УК-7	1з

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