

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»  
Факультет социальной и коррекционной педагогики  
Кафедра физической культуры

*Приложение к программе  
учебной дисциплины*

## **ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации студентов  
по дисциплине **«Элективные дисциплины по физической культуре и  
спорту»**

Направление 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»  
Профиль «Психология и социальная педагогика»

*заочная форма обучения*

Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ / Головинова И.Ю.

« 22 » марта 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	Анатомия и возрастная физиология, Валеология, 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	Учебно-тренировочный раздел по видам спорта и системам физических упражнений	УК-7	знать: – средства и методы развития физических качеств в процессе занятий физической культурой; – основы техники безопасности на занятиях; уметь: – оценивать эффективность влияния занятий на физическое состояние организма; владеть: – средствами и методами формирования здорового стиля жизни, физического

			самосовершенствования и самовоспитания;
2	Контрольный раздел	УК-7	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средства и методы развития физических качеств в процессе занятий физической культурой;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оценивать эффективность влияния занятий на физическое состояние организма;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– двигательными умениями и навыками из различных видов спорта и систем физических упражнений, определяющих психофизическую готовность к профессиональной деятельности;</li> </ul>

### Критерии оценивания компетенций

Код компетенции	Пороговый (базовый) уровень	Повышенный (продвинутый) уровень	Высокий (превосходный) уровень
УК-7	<p>Знает: основы здорового образа жизни, особенности и закономерности формирования физиологических систем организма в течение жизни.</p> <p>Умеет: ситуативно поддерживать уровень физической подготовленности, планировать физические нагрузки в соответствии с основными положениями здорового образа жизни, оценивать уровень физической подготовки и функциональное состояние органов и систем организма.</p> <p>Владеет: отдельными навыками применения основ здорового образа</p>	<p>Знает: теоретико-методические и организационные основы физической культуры и здорового образа жизни, социальную роль физической культуры для развития индивидуальных психофизических качеств, средства и методы развития физических качеств. Умеет: использовать основы физической культуры и принципов здорового образа жизни для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности, осуществлять</p>	<p>Знает: современное состояние проблемы сохранения и укрепления здоровья молодежи и научные исследования в области здоровьесберегающих технологий для формирования устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни. Умеет: применять здоровьесберегающие технологии, планировать собственное рабочее и свободное время для обеспечения оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности, определять возможности физического развития с различной функциональной направленностью (оздоровительной, лечебной тренировочной, коррекционной) и учетом индивидуальных возможностей, особенностей организма. Владеет: готовностью реализовывать здоровьесберегающие технологии, непрерывно соблюдать и пропагандировать</p>

	жизни для поддержания должной физической подготовленности и обеспечения работоспособности.	оценку физической подготовленности и функционального состояния органов и систем организма. Владеет: способностью к непрерывному соблюдению норм здорового образа жизни, к оптимальному сочетанию физической и умственной нагрузки и обеспечению работоспособности.	нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.
--	--	--	---

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

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

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

Промежуточная аттестация проводится в форме комплексного экзамена по модулю с учетом суммы рейтинговых баллов, набранных студентом в течение семестра по дисциплинам модуля.

Оценка за комплексный экзамен выставляется на основе рейтинга. Максимальная сумма (100 баллов), набираемая студентом по модулю, включает две составляющие:

- оценка преподавателями результатов текущей учебной деятельности студента по изучению дисциплин модуля в течение семестра (не более 60 баллов за каждую дисциплину). Рейтинг студента в целом за модуль определяется как среднее арифметическое баллов по отдельным учебным дисциплинам модуля, изучаемым в соответствии с учебным планом.
- оценка знаний студента на экзамене (до 40 баллов).