

Кумертауский филиал
федерального государственного
бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Оренбургский государственный университет»
(Кумертауский филиал)

Кафедра общеобразовательных дисциплин и IT-технологий (КФ)

Фонд
оценочных средств
по дисциплине «*Физическая культура и спорт*»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

43.03.02 Туризм

(код и наименование направления подготовки)

Технология и организация услуг на предприятиях индустрии туризма

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная

Кумертау 2024

Фонд оценочных средств предназначен для контроля знаний обучающихся по направлению подготовки 43.03.02 Туризм по дисциплине «Физическая культура и спорт», рабочая программа по которой зарегистрирована под учетным номером _____.

Фонд оценочных средств рассмотрен и утвержден на заседании кафедры
общеобразовательных дисциплин и IT-технологий (КФ)

наименование кафедры

протокол № 1 от "29" 08 2024г.

И.о. заведующего кафедрой

общеобразовательных дисциплин и IT-технологий

наименование кафедры

подпись

Д.К. Афанасова

расшифровка подписи

Исполнители:

Ст. преподаватель каф. ООД и IT-технологий

должность

подпись

И.А. Марина

расшифровка подписи

Фонд оценочных средств предназначен для контроля знаний обучающихся по направлению подготовки 43.03.02 Туризм по дисциплине «Физическая культура и спорт», рабочая программа по которой зарегистрирована под учетным номером _____.

Фонд оценочных средств рассмотрен и утвержден на заседании кафедры
общеобразовательных дисциплин и IT-технологий (КФ)

наименование кафедры

протокол № 1 от "29" 08 2024г.

И.о. заведующего кафедрой

общеобразовательных дисциплин и IT-технологий

наименование кафедры

подпись

Д.К. Афанасова

расшифровка подписи

Исполнители:

Ст. преподаватель каф. ООД и IT-технологий

должность

подпись

И.А. Марина

расшифровка подписи

Кумертауский филиал
федерального государственного
бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Оренбургский государственный университет»
(Кумертауский филиал)

Кафедра общеобразовательных дисциплин и IT-технологий (КФ)

Фонд
оценочных средств
по дисциплине «*Физическая культура и спорт*»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

43.03.02 Туризм

(код и наименование направления подготовки)

Технология и организация услуг на предприятиях индустрии туризма

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная

Кумертау 2024

Раздел 1. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины

Формируемые компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Виды оценочных средств/ шифр раздела в данном документе
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7-В-1 Соблюдает нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровые сберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности УК-7-В-2 Выбирает рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте	<u>Знать:</u> историю, современное состояние и перспективы развития физической культуры и спорта; способы двигательной деятельности; виды ударов по мячу; технику игры в ближней и дальней зонах; виды подач; тактику одиночных игр.	Блок А – задания репродуктивного уровня Тестирование по лекционному материалу
		<u>Уметь:</u> выполнять основные базовые двигательные умения и навыки; оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире; придерживаться здорового образа жизни; самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества; осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды.	Блок В – задания реконструктивного уровня Выполнение физических упражнений
		<u>Владеть:</u> навыками применения двигательным действиям в повседневной жизни; средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.	Блок С – задания практико-ориентированного и/или исследовательского уровня практико-ориентированного и/или исследовательского уровня Реферат* Сдача нормативов

Раздел 2. Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки планируемых результатов обучения по дисциплине (оценочные

средства). Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Блок А – Оценочные средства для диагностирования сформированности уровня компетенций – «знать»

А.1 Тестовые задания

Тестовые задания по дисциплине представлены в Автоматизированной Интерактивной Системе Сетевого Тестирования ОГУ (АИССТ ОГУ).

Пример теста, предъявляемого студенту, изучившему все темы дисциплины (на решение теста из 15 вопросов – время выполнения не более 30 минут):

1. К понятию «физическая культура» относится...

- А) Биологический процесс становления, изменения естественных морфологических и функциональных свойств организма в течение жизни человека (длина, масса тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, сила, выносливость, ловкость и др.)
- Б) Основа физической подготовленности людей - приобретение фонда жизненно важных двигательных умений и навыков, разностороннее развитие физических способностей
- В) Органическая часть общечеловеческой культуры человека, ее особая самостоятельная область; специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования личности

2. К понятию «физическое воспитание» относится...

- А) Идеал гармонично развитого и всесторонне физически подготовленного человека
- Б) Часть физической культуры, характеризующая основу физической подготовленности людей - приобретение фонда жизненно важных двигательных умений и навыков, разностороннее развитие физических способностей
- В) Процесс, направленный на воспитание физических качеств и формирование двигательных умений и навыков с прикладной направленностью

3. К понятию «физическое совершенство» относится...

- А) Органическая часть общечеловеческой культуры человека, ее особая самостоятельная область; специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического самосовершенствования личности
- Б) Биологический процесс становления, изменения естественных морфологических и функциональных свойств организма в течение жизни человека (длина, масса тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, сила, выносливость, ловкость и др.)
- В) Идеал гармонично развитого и всесторонне физически подготовленного человека

4. Физкультура и спорт в воспитании всесторонне и гармонично развитой личности не играют роли...

- А) оздоровительной
- Б) эстетической

В) гуманитарной

5. Физическое воспитание направлено (2 ответа)

- А) формирование двигательных умений и навыков
- Б) развитие физических качеств
- В) психологическую подготовку
- Г) технико-тактическую подготовку

6. Понятие «физическая подготовка» означает (2 ответа)

- А) общая физическая подготовка
- Б) специальная физическая подготовка
- В) высокий уровень технико-тактической подготовки
- Г) средний уровень технической подготовки

7. К физкультуре и спорту, как одному из древних компонентов мировой общечеловеческой культуры, не относится

- А) оздоровительная система йогов, используемая во всем мире
- Б) праздники народов передающиеся из поколения в поколение, где могут участвовать все желающие, что является духовной культурой не только этих народов, но и всего мира
- В) древние секреты тибетских лам, которые стали достоянием всего человечества
- Г) удлинение шеи с помощью колец в некоторых племенах Африки

8. Признаки человека, обладающего физической культурой (5 ответов)

- А) ведет ЗОЖ
- Б) не имеет вредных привычек
- В) физически активен
- Г) занимается каким-либо видом спорта, может самостоятельно провести тренировочное занятие
- Д) может грамотно составить комплекс утренней гигиенической гимнастики
- Е) носит фирменную спортивную одежду
- Ж) способен выдерживать длительное голодание

9. Трехкратный олимпийский чемпион в легкой атлетике (тройной прыжок)

- А) Виктор Санеев
- Б) Валерий Попенченко
- В) Валерий Борзов

10. Обладатель девяти золотых олимпийских наград по спортивной гимнастике...

- А) Ольга Корбут
- Б) Вячеслав Иванов
- В) Лариса Латынина

11. «Воспитывать молодежь с помощью спорта в духе лучшего взаимопонимания и дружбы, способствуя, таким образом, созданию лучшего и более спокойного мира» призывает...

- А) Олимпийская хартия
- Б) Олимпийская клятва
- В) Олимпийский девиз

12. Олимпийский флаг представляет собой белое полотнище с пятью переплетенными кольцами, имеющий следующие цвета...

- А) коричневый, черный, желтый, синий, зеленый
- Б) зеленый, оранжевый, синий, розовый, черный
- В) синий, желтый, черный, зеленый и красный

13. Олимпийская символика состоит из...

- А) 3 колец
- Б) 6 колец
- В) 5 колец
- Г) 7 колец

14. Международная федерация баскетбола имеет аббревиатуру...

- А) ФИВБ
- Б) ФИБА
- В) ФИФА

15. Аббревиатура ФИСУ переводится как...

- А) международная федерация легкой атлетики
- Б) международная федерация спортивного ушу
- В) международная федерация университетского спорта
- Г) международная ассоциация студенческого спорта

Блок В – Оценочные средства для диагностирования сформированности уровня компетенций – «уметь»

В.1 Выполнение физических упражнений

1. Челночный бег 3x10. Проводится на любой ровной площадке с твердым покрытием, обеспечивающем хорошее сцепление с обувью. На расстоянии 10 м прочерчиваются 2 параллельные линии – «Старт» и «Финиш». Студент, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) участник бежит до финишной линии, касается линии рукой, возвращается к линии старта, касается ее и преодолевает последний отрезок без касания линии рукой. Секундомер останавливается в момент пресечения линии «Финиш». Студенту предоставляется одна попытка. Время фиксируется с точностью до 0,1 секунды.

2. Глубина наклона туловища из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами

выполняется из ИП: стоя на полу на или на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см. При выполнении испытания (теста) на полу студент по команде выполняет два 14 предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола пальцами или ладонями двух рук и фиксирует результат в течение 2 сек. При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье по команде студент выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне студент максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд и нулевая отметка находится у пяток испытуемого. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком -, ниже – знаком + (миллиметры округляются по правилам математики: до 5 мм в сторону уменьшения, 5 мм и более в сторону увеличения).

3. Испытания в передачах сверху у стены, стоя лицом и спиной (чередование). Обучающийся располагается на расстоянии 3м от стены, на высоте 4м на стене делается контрольная линия - надо стремиться выдерживать расстояние от стены и высоту передач. Обучающийся подбрасывает мяч над собой и передачей посылает его в стену, выполняет передачу над собой и поворачивается на 180° (спиной к стене), выполняет передачу, стоя спиной, поворачивается кругом, выполняет передачу, стоя лицом к стене и т.д. Передачи, стоя лицом над собой и стоя спиной, составляют одну серию. Учитывается количество серий. Каждый обучающийся выполняет 5 попыток.

4. Броски с дистанции. Игрок выполняет в общей сложности 30 бросков в корзину, по 10 бросков с каждой из 3 точек, расположенных на расстоянии 4 м от проекции центра кольца: для юношей – одной рукой в прыжке; для девушек – одной или двумя руками в прыжке. Из 30 бросков – 12 попаданий (ю); 11 попаданий (д).

5. Поддача «маятник». Название такое она получила от самого движения. Ведь предплечье и кисть с ракеткой движутся действительно так же, как маятник — слева направо при выполнении подачи тыльной стороной ракетки и справа налево при выполнении подачи ладонной стороной ракетки. В зависимости от того, какую подачу собираются подать игрок, и выбирают стойку — справа или слева. Эта поддача позволяет придавать мячу различное вращение, в зависимости от того, в какой момент происходит соударение ракетки с мячом — в начале, середине или в конце движения. От этого зависит и тип вращения, которое сообщается мячу, — нижнее, боковое, верхнее или смешанное.

6. Попеременный двухшажный ход. Является основным способом передвижения, изучению которого в школе уделяется основное внимание. Он очень часто применяется при передвижении на лыжах в разнообразных условиях скольжения и рельефа местности и имеет большое прикладное значение. Наиболее эффективен этот ход на равнине при плохих и средних условиях скольжения, на пологих подъемах (до 2°) при любом скольжении, а также на подъемах большой крутизны (до 5°) при хороших и отличных условиях скольжения и сцепления лыж со снегом. В цикл движений по-

переменного двухшажного хода входят два скользящих шага и сопровождающие их толчки разноименными палками. Ход выполняется следующим образом:

1. Начало первой фазы свободного скольжения. Закончен толчок правой ногой, лыжа отрывается от снега. Лыжник переходит к одноопорному скольжению на левой лыже, голень левой ноги в момент окончания толчка правой и начала скольжения находится в вертикальном положении. Толчок направлен по прямой линии - туловище и правая нога. Правая рука выносит палку вперед.

2-3. Скольжение на левой лыже, правая нога расслаблена и движется назад-вверх, немного сгибаясь в коленном суставе. Голень опорной ноги по-прежнему вертикальна. Правая рука продолжает вынос палки, левая расслаблена и немного отбрасывается по инерции назад. Угол наклона туловища не меняется.

4-6. Продолжается одноопорное скольжение на левой. После отталкивания правой ногой опорная левая слегка выпрямляется, начинается движение туловища «на взлет». Правая нога слегка согнута в коленном суставе, расслаблена и находится в крайнем заднем положении, что создает хорошие условия для последующего махового выноса ее вперед. Правая рука выводит нижний конец палки вперед, а левая, расслабленная, находится в крайнем заднем положении.

7. Свободное скольжение закончено, начало махового выноса правой ноги вперед. Правая палка ставится на снег, а левая начинает выноситься вперед.

8. Начало толчка почти выпрямленной правой рукой. Палка находится под углом - это позволяет сразу начать эффективное отталкивание. Продолжаются вынос левой палки вперед, выпрямление опорной ноги в коленном суставе и маховый вынос правой ноги вперед.

9-13. Скольжение с опорой на палку. В первой фазе отталкивания правая рука, сгибаясь в локтевом суставе, усиливает толчок, левая энергично выносится вперед. Несмотря на выпрямление опорной ноги, вследствие сильного нажима правой рукой на палку давление на опорную лыжу не увеличивается, а может даже уменьшаться, что способствует поддержанию скорости. Начинается наклон туловища вперед.

14. Момент окончания скольжения с выпрямлением ноги. Опорная нога почти полностью выпрямляется, маховая приближается к ней, а лыжа опускается на снег. Создается жесткая опора: система «рука - туловище - опорная нога». С целью предупреждения раннего переката таз вперед не выводится. Туловище максимально наклонено вперед. Уменьшается угол отталкивания правой рукой, что значительно увеличивает горизонтальную составляющую силу толчка, продолжается вынос вперед левой палки.

15-16. Правая нога поравнялась с левой, началось отталкивание с разгибанием в тазобедренном суставе. Уменьшается угол сгибания ноги в колене - момент подседания. Правая рука продолжает отталкивание (в это время усилие на палку максимальное), левая энергичным движением выносится вперед. Так выводится вперед и одновременно начинается постепенная загрузка маховой ноги.

17-18. Продолжается отталкивание левой ногой с выпрямлением в коленном суставе и загрузка маховой ноги. Правая рука заканчивает толчок, а левая вынесена вперед.

19. Продолжается толчок левой ногой. Правая рука после окончания толчка, расслабленная по инерции, отбрасывается назад.

20. Закончен толчок ногой, его направление по линии голень - бедро - туловище вызывает движение тела вперед-назад и сохранение скорости движения в фазе одноопорного скольжения. Окончена половина цикла. Во второй его части все движения рук и ног повторяются в такой же последовательности, и заканчивается весь цикл хода.

Блок С – Оценочные средства для диагностирования сформированности уровня компетенций – «владеть»

С.1 Перечень тем для реферата

Раздел 1 Легкая атлетика

1. История развития легкоатлетических видов (отдельно по каждому виду легкой атлетики у мужчин и женщин).
2. Подвижные и спортивные игры на занятиях по легкой атлетике.
3. Тестирование подготовленности юного спортсмена.
4. Применение методик психологической саморегуляции в системе подготовки легкоатлета.
5. Техника и методика обучения и исправления ошибок в спортивной ходьбе.
6. Все о низком старте: история возникновения, эволюция.

Раздел 2 Гимнастика

1. Упражнения на растягивания (стретчинг). Методы стретчинга. Стретч-рефлекс.
2. Утренняя гигиеническая гимнастика

Раздел 3 Спортивные игры (волейбол)

1. Техника выполнения верхней и нижней передач, подачи, блокирование. Отработка второй передачи с выходом связующего с задней линии. Подводящие упражнения для нижней передачи.
2. Одиночное блокирование. Групповое блокирование. Вертикальное подбрасывание мяча, при выполнении подачи.
3. Классификация технико-тактических действий. Техника игры в волейболе и ее значение. Техника игры в нападении и защите.
4. Индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите. Значение индивидуальных способностей при игре в волейбол. Индивидуальные действия при нападении. Использование групповых действий в защите. Командное нападение и защита.
5. Тактика игры. Понятие, значение. Тактика игры в нападение и защите. Методика преподавания. Виды соревнований. Комплектование команд. Тактика при групповом блокировании.

6. Права и обязанности судей и игроков. Судейская практика. Составление «Положения» соревнований. Проведение соревнований в парке. Заполнение протокола. Отчетная документация. Составление календаря соревнований.

Раздел 4 Спортивные игры (баскетбол)

1. Личная защита в баскетболе, характеристика и варианты.
2. Зонная защита в баскетболе. Характеристика и варианты.
3. Стремительное нападение в баскетболе, характеристика и варианты.
4. Позиционное нападение в баскетболе. Характеристика и варианты.
5. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении в баскетболе. Подбор упражнений.
6. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в защите в баскетболе. Подбор упражнений.
7. Методика обучения групповым тактическим действиям в нападении в баскетболе. Подбор упражнений.
8. Методика обучения групповым тактическим действиям в защите в баскетболе. Подбор упражнений.
9. Методика обучения командным тактическим действиям в защите в баскетболе. Подбор упражнений.
10. Методика обучения командным тактическим действиям в нападении в баскетболе. Подбор упражнений.

Раздел 5 Настольный теннис

1. История настольного тенниса.
2. Настольный теннис и олимпийское движение.
3. Психологическая подготовка теннисистов.
4. Специальная физическая подготовка и режим теннисиста.
5. Удары, применяемые в настольном теннисе.
6. Технические приемы, применяемые в настольном теннисе.
7. Резервы скорости ударного движения в настольном теннисе.
8. Тактика в настольном теннисе.

Раздел 6 Лыжные гонки

1. Эксплуатационные характеристики лыж, типы лыжных креплений, детали лыжной палки.
2. Требования к одежде и обуви лыжника-гонщика.
3. Общая характеристика лыжных мазей и парафинов.
4. Технология смазки лыж и нанесения парафина.
5. Признаки деления лыжных ходов на классические и коньковые, одновременные и попеременные, а также с учетом количества шагов в цикле хода.
6. Понятие о классическом и свободном стилях передвижения.
7. Фазы формирования двигательного навыка и этапы обучения.
8. Словесные, наглядные и практические методы обучения.
9. Основные дидактические принципы обучения.
10. Особенности организации обучения способам передвижения на лыжах.

11. Специфичные требования к подготовке учебной площадки, учебной и тренировочной лыжни

Раздел 7 Профессиональная прикладная физическая подготовка (ППФП)

1. Комплексы упражнений при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
2. Общая физическая подготовка: цели и задачи.
3. Организация физического воспитания.
4. Основы методики и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.
5. Питание спортсменов.
6. Правила игры в фут-зал (мини-футбол), утвержденные фифа.
7. Развитие быстроты.
8. Развитие двигательных способностей.
9. Развитие основных физических качеств юношей. Опорно-двигательный аппарат. Сердечно-сосудистая, дыхательная и нервная системы.
10. Развитие силы и мышц.
11. Развитие экстремальных видов спорта.
12. Роль физической культуры.
13. Спорт высших достижений.

Блок С.2. Технологическая карта контрольных нормативов

1. Передача мяча в парах через сетку (кол-во раз). Техника

Оценка верхней и нижней передачи мяча. Передача мяча через сетку (юноши)

Курс	Оценка			
	Отлично (5 баллов)	Хорошо (4 балла)	Удовлетв. (3 балла)	Неудовлет. (2 балла)
1	15 и более	14-12	11-9	8 и менее
2	20 и более	19-16	15-12	11 и менее
3	25 и более	24-20	19-15	14 и менее

Оценка верхней и нижней передачи мяча. Передача мяча через сетку (девушки)

Курс	Оценка			
	Отлично (5 баллов)	Хорошо (4 балла)	Удовлетв. (3 балла)	Неудовлет. (2 балла)
1	15 и более	14-12	11-9	8 и менее
2	20 и более	19-16	15-12	11 и менее
3	25 и более	24-20	19-15	14 и менее

2. Челночный бег 3x10м

Оценка результата в челночном беге 3x10 м с высокого старта (юноши)

Семестр	Оценка			
	Отлично (5 баллов)	Хорошо (4 балла)	Удовлетв. (3 балла)	Неудовлет. (2 балла)
1	7,6 и менее	7,7 -7,9	8,0-8,2	8,3 и более
2	7,5 и менее	7,6 -7,8	7,9 -8,1	8,2 и более

3	7,5 и менее	7,6 -7,8	7,9 -8,1	8,2 и более
4	7,4 и менее	7,5 -7,7	7,8 -8,0	8,1 и более
5	7,5 и менее	7,6 -7,8	7,9 -8,1	8,2 и более

Оценка результата в челночном беге 3x10 м с высокого старта (девушки)

Семестр	Оценка			
	Отлично (5 баллов)	Хорошо (4 балла)	Удовлетв. (3 балла)	Неудовлет. (2 балла)
1	8,6 и менее	8,7 -9,2	9,3-9,9	10,0 и более
2	8,5 и менее	8,6 -9,1	9,2-9,8	9,9 и более
3	8,5 и менее	8,6 -9,1	9,2-9,8	9,9 и более
4	8,4 и менее	8,5 -9,0	9,0-9,7	9,8 и более
5	8,5 и менее	8,6 -9,1	9,2-9,8	9,9 и более

3. Поднимание туловища из положения лежа на спине

Оценка результата в поднимании туловища из положения лежа на спине (юноши)

Курс	Оценка			
	Отлично (5 баллов)	Хорошо (4 балла)	Удовлетв. (3 балла)	Неудовлет. (2 балла)
1-2	50 и более	49-40	39-30	29 и менее
3	47 и более	46-40	39-34	33 и менее

Оценка результата в сгибании разгибании рук в упоре лежа на полу (девушки)

Курс	Оценка			
	Отлично (5 баллов)	Хорошо (4 балла)	Удовлетв. (3 балла)	Неудовлет. (2 балла)
1	40 и более	39-30	29-20	19 и менее
2-3	47 и более	46-40	39-34	33 и менее

Блок D – Оценочные средства, используемые в рамках промежуточного контроля знаний, проводимого в форме зачёта.

Вопросы к зачету

1. Возникновение и развитие легкой атлетики.
2. Классификация легкоатлетических упражнений.
3. Техника, методика обучения и исправления ошибок в беге на короткие дистанции.
4. Методика развития выносливости у легкоатлетов различной специализации.
5. Расскажите о маховых гимнастических упражнениях, приведя примеры упражнений на гимнастических снарядах.
6. Понятие «Техника баскетбола», тактика нападения, тактика защиты
7. Физические качества баскетболиста. Средства и методы развития физических качеств.
8. Современные правила баскетбола. Изменения и нововведения в правилах.

9. Тренировочно-соревновательный процесс подготовки баскетболистов. Цель. Задачи, методы, средства подготовки баскетболистов.
10. Определение понятий «спортивная тренировка», «виды подготовки», «подготовленность баскетболиста», «средства тренировки», «методы тренировки».
11. Настольный теннис – правила организации и проведения соревнований.
12. Специальная физическая подготовка и режим теннисиста.
13. Удары, применяемые в настольном теннисе. Технические приемы, применяемые в настольном теннисе.
14. Резервы скорости ударного движения в настольном теннисе.
15. Тактика в настольном теннисе.
16. Обувь и одежда лыжника. Требования, предъявляемые к одежде и обуви с учетом температурных норм проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований по лыжной подготовке.
17. Методы обучения в лыжном спорте. Их краткая характеристика.
18. Принципы обучения в лыжном спорте. Их краткая характеристика.
19. Методика обучения попеременному двухшажному ходу, одновременному бесшажному ходу, одновременному одношажному ходу, коньковому ходу.
20. Разновидности конькового хода и их основное назначение.

Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Оценивание выполнения тестов

бинарная шкала	Показатели	Критерии
Зачтено	1. Правильность ответов на вопросы; 2. Самостоятельность тестирования;	Процент правильных ответов составляет 75 % и более;
Не зачтено		процент правильных ответов составляет менее 740 %.

Оценивание ответа на устное собеседование

бинарная шкала	Показатели	Критерии
Зачтено	1. Полнота изложения теоретического материала; 2. Правильность и/или аргументированность изложения; 3. Самостоятельность ответа;	Показывает достаточно полные знания соответствующего раздела; относительно грамотно излагает материал, не допуская существенных стилистических и логических ошибок, довольно аргументировано строит устную речь, делает выводы, отвечает на дополнительные вопросы
Не зачтено	4. Культура речи.	Не усвоил материал соответствующего раздела или, излагает материал с существенными ошибками, не умеет делать выводов, не отвечает на дополнительные вопросы.

бинарная шкала	Показатели	Критерии

Оценивание реферата

4-балльная шкала	Показатели	Критерии
Отлично	<ol style="list-style-type: none"> 1. Полнота изложения теоретического материала; 2. Правильность и/или аргументированность изложения; 3. Самостоятельность ответа; 4. Культура речи 	<p>В работе выполнены все требования к написанию и защите реферата: сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция; сформулированы выводы, тема раскрыта полностью; выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению; доклад (сообщение) по результатам работы представлен в форме заученного наизусть текста, в котором отсутствуют лексико-грамматические и фонетические ошибки; даются правильные ответы на дополнительные вопросы</p>
Хорошо		<p>В работе основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы</p>
Удовлетворительно		<p>Имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод, студент допускает много лексико-грамматических ошибок и фонетических ошибок в докладе</p>
Неудовлетворительно		<p>Реферат не предоставлен, либо содержание материала не соответствует теме</p>

Оценивание ответа на зачете

Бинарная шкала	Показатели	Критерии
Зачтено	1. Полнота изложения теоретического материала; 2. Полнота и правильность решения проблемной ситуации; 3. Самостоятельность ответа; 4. Культура речи.	Имеет представление о нормах права и нормативно-правовых актах, о правовой системе Российской Федерации, излагает усвоенный материал грамотным юридическим языком и по существу, показывает знание ключевых понятий курса, не допуская существенных неточностей, не нарушает логической последовательности в изложении программного материала
Не зачтено		Не знает значительной части программного материала курса правоведения, допускает ошибки в вопросах Российского законодательства, не знает основных юридических понятий и терминов, принципов применения правовых норм, отвечает неуверенно, с большими затруднениями.

Раздел 3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания тестирования

Тестирование проводится среди обучающихся очной формы обучения в период рубежного контроля.

Тестирование проводится с помощью автоматизированной программы «АИИСТ» (ссылка на доступ к системе: <https://aist.osu.ru>).

На тестирование отводится 30 минут. Каждый вариант тестовых заданий включает 15 вопросов.

оценка «зачтено» (выполнено 75% и более заданий теста);

оценка «не зачтено» (выполнено менее 75% заданий теста)

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания при выполнении и защите реферата

Реферат – это не просто конспект научной публикации, в нем должны быть кратко изложены и проанализированы позиции нескольких исследователей. Соответственно, необходимая полнота раскрытия темы реферата достигается за счет использования нескольких научных публикаций.

Целью выполнения реферата является получение теоретических знаний по дисциплине «Философия», развитие практических навыков самостоятельной работы с литературой, более глубокое изучение и выработка интереса к отдельным темам.

Реферат должен быть результатом самостоятельного изучения учебной, научной литературы, материалов периодических изданий.

Реферат должен отражать: знание современного состояния проблемы; обоснование выбранной темы; использование известных результатов и фактов; полноту цитируемой литературы, ссылки на работы ученых, занимающихся данной проблемой; актуальность поставленной проблемы; материал, подтверждающий научное, либо практическое значение в настоящее время. Не позднее, чем за 5 дней до защиты или выступления реферат представляется на рецензию преподавателю. Защита реферата продолжается в течение 5-7 минут по плану. Выступающему, по окончании представления реферата могут быть заданы вопросы по теме реферата. Рекомендуемый объем реферата 10-15 страниц компьютерного (машинописного) текста.

Реферат оценивается по 4-х бальной шкале.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания при зачете

Зачет может быть проведен в устной форме, в форме письменной работы или тестирования. Вопросы на зачет утверждаются на заседании кафедры текущего учебного года и подписываются заведующим кафедрой. Форма проведения зачета, содержание заданий определяется преподавателем, читающим лекции по данной дисциплине.

Перечень примерных вопросов, заданий и критерии оценки доводятся до сведения обучающихся в начале изучения дисциплины. Число вопросов, включаемых в задание, должно быть не менее двух и не более пяти, при этом вопросы могут носить как теоретический, так и прикладной характер. На зачет могут выноситься типовые задачи, проработанные в течение семестра на аудиторных занятиях и в процессе самостоятельной работы. Содержание вопросов и задач, включаемых в задание, должно соответствовать учебной программе дисциплины.

Зачет проводится в соответствии с утвержденным расписанием, определяющим время и место его проведения.

При проведении устного зачета обучающийся получает вопросы к зачету. Преподаватель, проводящий зачет имеет право с целью выяснения глубины знаний задавать обучающимся не более 2-3 дополнительных вопросов в рамках тем. Зачет должен быть методически обеспечен (программа курса и критерии оценок, утвержденные на заседании кафедры). Во время зачета обучающийся имеет право пользоваться словарями, таблицами и другой справочной литературой только при наличии соответствующего разрешения кафедры.

При подготовке к устному зачету обучающийся ведет записи на листе подготовки к ответу, который затем сдает преподавателю, проводящему зачет. Лист подготовки к ответу может быть рассмотрен в случае подачи обучающимся апелляции.

Зачет в форме письменной работы выполняется под наблюдением преподавателя.

Зачет в форме тестирования (зачет в письменном виде) включает вопросы и (или) задачи по всему курсу. Продолжительность тестирования должна быть не менее одного, но не более трех академических часов. Продолжительность зачета в форме ком-

пьютерного тестирования должна быть не менее одного, но не более двух академических часов.

Проверка письменных работ и тестов осуществляется преподавателем, на последней странице письменной работы и теста ставится дата проверки и подпись преподавателя.

Результаты письменной работы и теста должны быть объявлены в течение 24 часов после завершения зачета. Листы подготовки к устному зачету, письменные работы и результаты тестирования должны храниться на кафедре до окончания срока апелляции.

Неявка на зачет отмечается в зачетно-экзаменационной ведомости словами «не явился» и заверяется подписью преподавателя.

Если во время сдачи или пересдачи зачета со стороны обучающегося допущены нарушения учебной дисциплины (списывание, использование средств мобильной связи, ПК, аудиоплейеров, других технических устройств), нарушения Правил внутреннего распорядка Кумертауского филиала ОГУ, предпринята попытка подлога документов, преподаватель вправе удалить обучающего с зачета с выставлением в ведомости отметки «не зачтено».

Компетенции, знания, умения и навыки обучающихся оцениваются оценками: «зачтено», «не зачтено».