



1920

Министерство образования и науки Российской Федерации
филиал федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования «Кубанский государственный университет» в
г. Славянске-на-Кубани

Факультет педагогики, психологии и физической культуры
Кафедра профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

УТВЕРЖДЕН

на заседании кафедры ППП и ФК
«25» мая 2018 г., протокол № 5

Заведующий кафедрой

М.А. Лукьяненко

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
(ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНО-
ПРИКЛАДНАЯ ПОДГОТОВКА)**

Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль): Психология и социальная педагогика
Программа подготовки: академический бакалавриат
Форма обучения: заочная
Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Славянск-на-Кубани
2020

Фонд оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки 44.03.02. Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 9 февраля 2016 г. № 91. зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 02.03.2016 г. (регистрационный № 41305).

Фонд оценочных средств предназначен для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (общая физическая и профессионально-прикладная подготовка)».

Программу составил:

А.С. Соколов, канд. пед. наук, доц. _____



Фонд оценочных средств утверждён на заседании кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры от «01» июня 2020 г. № 10.

Заведующий кафедрой профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

Лукияненко М. А.



Фонд оценочных средств утверждён на заседании кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры от «01» июня 2020 г. № 10.

Заведующий кафедрой кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

Лукияненко М. А.



Согласовано:

Председатель УМС филиала. Поздняков С. А.
протокол от «10» июня 2020 г. № 8



1. Паспорт фонда оценочных средств

Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту». Фонд оценочных средств содержит контрольные материалы для проведения текущего контроля в форме устного опроса, выполнения практических работ, внутрисеместровой аттестации в форме тестовых заданий и промежуточной аттестации в форме вопросов и заданий к экзамену

1.1. Перечень формируемых компетенций

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к вариативной части профессионального цикла. Изучение направлено на формирование у обучающихся компетенций: УК-7 – способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности.

№	Индекс компетенций	Содержание компетенций	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1	УК-7	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по физической культуре; методiku организации занятий по физической культуре с различными возрастными группами школьников; основы планирования и проведения учебных занятий по физической культуре; -правила организации и проведения мероприятий по	осуществлять психолого-педагогический контроль состояния организма занимающегося; планировать и проводить мероприятия по предупреждению травматизма на занятиях, оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим; объяснять происхождение тех или иных физических упражнений (видов спорта);	использования специальной терминологии, профессиональной речи и жестикуляции в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы.

			туризму и спортивному ориентированию		
--	--	--	--------------------------------------	--	--

1.2 Этапы формирования компетенций

№ п.п.	Тема	Виды работ		Индекс компетенции	Состав компетенции
		Аудиторная	СР		
1.	Средства физической культуры	ПЗ	Практическое занятие.	УК–7	Уметь и владеть: – формированием системой знаний, умений и навыков; – создавать базовый уровня познания средств физической подготовленности.
2.	Общеразвивающие упражнения	ПЗ	Практическое занятие.	УК–7	Уметь и владеть: – формированием системой знаний, умений и навыков; – создавать базовый уровня познания средств физической; – воздействием на технику движений школьников
3.	Средства физического воспитания	ПЗ	Практическое занятие.	УК–7	Основы воспитания физических качеств школьников; Уметь и владеть: – осуществлять консультационную деятельность по вопросам организации и проведения индивидуальных и коллективных физкультурно-спортивных занятий; формированием системой знаний, умений и навыков; – воздействием на технику движений школьников; – повышение уровня культуры мышления;

4.	Методы организации выполнения физических упражнений	ПЗ	Практическое занятие.	УК–7	<p>Знать: - структуру основ, виды, типы применения средств и методов</p> <p>Уметь и владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь овладевать новыми видами физкультурно-спортивной деятельности в процессе самообразования и самосовершенствования; – умениями осуществлять контроль двигательных действий; – выработкой взаимосвязи двигательных действий; – формированием принятия ответственных решений; – совершенствование способности к саморазвитию.
5.	Методы организации выполнения физических упражнений .	ПЗ	Практическое занятие.	УК–7	<p>Уметь и владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать навыки рационального применения учебного оборудования, , тренажёрных устройств; – повышение уровня культуры мышления; – осуществлять контроль двигательных действий; – выработкой взаимосвязи двигательных действий; – формированием принятия ответственных решений; – совершенствование способности к саморазвитию

6.	Обучение двигательным действиям	ПЗ	Практическое занятие.	УК-7	<p>Уметь и владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воздействием на технику движений школьников; - повышение уровня культуры мышления; - умениями осуществлять контроль двигательных действий; - выработкой взаимосвязи двигательных действий; - формированием принятия ответственных решений; - совершенствование способности к саморазвитию - -- определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения
7.	Организация воспитания физических качеств: ловкости, силы.	ПЗ	Практическое занятие.	УК-7	<p>Уметь и владеть: –</p> <ul style="list-style-type: none"> формированием системой знаний, умений и навыков; – создавать базовый уровня познания средств физической; – воздействием на технику движений школьников; – повышение уровня культуры мышления; – умениями осуществлять контроль двигательных действий; – выработкой взаимосвязи двигательных действий; – формированием принятия ответственных решений; – совершенствование способности к саморазвитию

8.	Организация воспитание физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливост и, гибкости	ПЗ	Практическое занятие.	УК–7	Знать:- структуру основ, виды, типы применения средств и методов физического воспитания. - основы воспитания физических качеств школьников и студентов; - технологию проведения основных форм занятий по физической культуре Уметь и владеть: – формированием системой знаний, умений и навыков; – создавать базовый уровня познания средств физической
9.	Организация воспитание физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливост и, гибкости	ПЗ ПЗ	Практическое занятие. Практическое занятие.	УК–7	Знать:- структуру основ, виды, типы применения средств и методов физического воспитания. - основы воспитания физических качеств школьников и студентов; - технологию проведения основных форм занятий по физической культуре Уметь и владеть: – формированием системой знаний, умений и навыков; – создавать базовый уровня познания средств физической Знать: - структуру основ, виды, типы применения средств и методов физического воспитания. - основы воспитания физических качеств школьников и студентов; - технологию проведения основных форм занятий по физической культуре
10.	Организация и построение занятий в физическом воспитании	ПЗ	Практическое занятие.	УК–7	Уметь и владеть: – умениями осуществлять контроль двигательных действий; – выработкой взаимосвязи двигательных действий; – формированием принятия ответственных решений; – совершенствование способности к саморазвитию.

11.	Освоение структуры и содержания проведения занятия.	ПЗ	Практическое занятие.	УК–7	<p>Уметь и владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – повышение уровня культуры мышления; – умениями осуществлять контроль двигательных действий; – выработкой взаимосвязи двигательных действий; – формированием принятия ответственных решений; – совершенствование способности к саморазвитию.
12.	Освоение структуры и содержания проведения занятия	ПЗ	Практическое занятие.	УК–7	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – воздействием на технику движений школьников; – повышение уровня культуры мышления; – умениями осуществлять контроль двигательных действий; – выработкой взаимосвязи двигательных действий; – формированием принятия ответственных решений; – совершенствование способности к саморазвитию
13.	Организация и контроль спортивной тренировки	ПЗ	Практическое занятие.	УК–7	<p>Уметь и владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – воздействием на технику движений школьников; – повышение уровня культуры мышления; – умениями осуществлять контроль двигательных действий; – выработкой взаимосвязи двигательных действий; – формированием принятия ответственных решений; – совершенствование способности к саморазвитию - основы воспитания физических качеств школьников. - технологию проведения основных форм занятий по физической культуре - стимулирование самостоятельной деятельности формирования необходимых знаний.

1.3 Рейтинговая система оценки успеваемости студентов

№	Наименование раздела	Виды оцениваемых работ	Максимальное кол-во баллов
1.	Основы и содержание физкультурно-спортивной деятельности	Практическая работа Устный опрос	2 2
2.	Теория и методика физической культуры как наука и учебный предмет. Содержание и система физического воспитания	Практическая работа Устный опрос	2 2
3.	Средства физического воспитания	Практическая работа Устный опрос	2 3
4.	Методы физического воспитания	Практическая работа Устный опрос	2 3
5.	Закономерности процесса физического воспитания. Обучение двигательным действиям.	Практическая работа Устный опрос	2 2
6.	Обучение двигательным действиям.	Практическая работа Письменный опрос	2 2
7.	Обучение двигательным действиям.	Практическая работа Письменный опрос	2 3
8.	Воспитание физических качеств	Практическая работа Устный опрос	2 2
9.	Воспитание физических качеств	Практическая работа Устный опрос	2 3
10.	Планирование процесса физического воспитания	Практическая работа Устный опрос	2 2
11.	Организация и построение занятий в физическом воспитании	Практическая работа Устный опрос	2 2
12.	Физическое воспитание в школе.	Практическая работа Письменный опрос	2 2
13.	Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Спортивная тренировка	Практическая работа Письменный опрос	2 2
14.	Планирование, контроль и учёт в процессе спортивной тренировки спортсменов	Практическая работа Устный опрос	2 2
Итого: Компьютерное тестирование (внутрисеместровая аттестация)			40
Всего:			100

2. Показатели, критерии оценки компетенций и типовые контрольные задания

2.1 Показатели, критерии и шкала оценки сформированных компетенций

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
1.	Основы и содержание физкультурно-спортивной деятельности	УК–7	Практическое занятие 1 Вопросы для устного опроса.	Вопросы на зачёте
2.	Теория и методика физической культуры как наука и учебный предмет. Содержание и система физического воспитания	УК–7	Практическое занятие 2 Вопросы для устного опроса.	Вопросы на зачёте
3.	Средства физического воспитания	УК–7	Практическое занятие 3 Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачёте
4.	Методы физического воспитания	УК–7	Практическое занятие 4 Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачёте
5.	Закономерности процесса физического воспитания. Обучение двигательным действиям.	УК–7	Практическое занятие 5 Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачёте
6.	Обучение двигательным действиям.	УК–7	Практическое занятие 6 Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачёте
7.	Обучение двигательным действиям.	УК–7	Практическое занятие 7 Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачёте
8.	Воспитание физических качеств	УК–7	Практическое занятие 8 Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачёте

9.	Воспитание физических качеств	УК–7	Практическое занятие 1 Вопросы для устного опроса.	Вопросы на зачёте
10.	Планирование процесса физического воспитания	УК–7	Практическое занятие 2 Вопросы для устного опроса.	Вопросы на зачёте
11.	Организация и построение занятий в физическом воспитании	УК–7	Практическое занятие 3 Вопросы для устного опроса.	Вопросы на зачёте
12.	Физическое воспитание в школе.	УК–7	Практическое занятие 4 Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачёте
13.	Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Спортивная тренировка	УК–7	Практическое занятие 5 Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачёте
14.	Планирование, контроль и учёт в процессе спортивной тренировки спортсменов	УК–7	Практическое занятие 6 Вопросы для устного опроса	Вопросы на зачёте

2.2. Показатели, критерии и шкала оценки сформированных компетенций на зачёте

Код и наименование компетенции	Соответствие уровней освоения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания		
	Пороговый	Базовый	Продвинутый
	Оценка		
	зачтено	зачтено	зачтено
УК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность обучающихся, самостоятельно обучать обучающихся, развивать их	- основы техники гимнастических упражнений; - основные этапы, принципы, средства и методы обучения технике гимнастических упражнений - основы теории и методики преподавания в гимнастике; - приёмы общения с занимающимися на	- формулировать конкретные задачи преподавания гимнастики в учреждениях системы среднего общего образования, разным группам населения с учётом их состояния здоровья, возраста, уровня физического развития и физической	- практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Гимнастика»; - применения гимнастической терминологии в процессе занятий, общения, воспитательной и

<p>творческие способности.</p>	<p>занятиях гимнастикой; - основы возрастно-половых закономерностей развития двигательных способностей и формирования двигательных навыков при занятиях гимнастикой; - содержание, формы, методы планирования занятий гимнастикой в школе; - факторы риска, методы профилактики травматизма в процессе занятий гимнастикой; - методы и организацию комплексного контроля при занятиях гимнастикой; - правила соревнований по гимнастике</p>	<p>подготовленности; - подбирать и применять на занятиях гимнастикой адекватные поставленным задачам современные методы и средства по признаку их влияния на организм во взаимодействии с субъектами образовательного процесса; - оценивать эффективность занятий гимнастикой, анализировать технику гимнастических упражнений, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приёмы их устранения; - планировать и проводить мероприятия по предупреждению травматизма на занятиях гимнастикой, оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим; - формировать потребность в ведении здорового, физически активного образа жизни, приверженность к регулярным занятиям гимнастикой;</p>	<p>консультационно й работы; - рациональной организации и проведения занятий и соревнований по гимнастике в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся; - применения средств гимнастики для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся, формирования здорового образа жизни на основе потребностей в физической активности; - анализа и коррекции техники двигательных действий для эффективного обучения им; - планирования и проведения мероприятия по профилактике травматизма и оказания первой медицинской помощи.</p>
--------------------------------	--	---	---

2.3 Показатели, критерии и шкала оценки сформированных компетенций на экзамене – не предусмотрены

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины

3.1 Вопросы и задания для устного ответа

1. Дидактические (общеметодические) принципы ФВ.
2. Специфические принципы ФВ.
3. Двигательные умения и навыки как предмет обучения.
4. Общая структура процесса обучения движениям.
5. Этап начального разучивания действия.
6. Сила (средства, методы воспитания).
7. Выносливость (средства, методы воспитания).
8. Быстрота (средства, методы воспитания).
9. Ловкость (средства, методы воспитания).
10. Гибкость (средства, методы воспитания)
11. Этап углублённого разучивания действия.
12. Этап результирующей отработки (совершенствования) действий.
13. Квалификационная характеристика.
14. Виды и формы функциональной деятельности специалиста.
15. Квалификационные требования к специалисту.
16. Уровни владения педагогическим мастерством.
17. Общая характеристика форм занятий ФУ.
18. Характерные признаки и типы уроков ФК.
19. Методика проведения урока ФК.
20. Педагогический анализ урока.
21. Общая и моторная плотность урока.
22. Общая характеристика физической нагрузки.
23. Способы регулирования на уроках ФК.

3.2. Задания для практических работ

№	Тема	Виды применяемых образовательных технологий	Кол. час
1	Вводное занятие. Нагрузка. Отдых. Режим жизнедеятельности Контрольные упражнения по общей физической подготовке в начале учебного периода	Самостоятельная работа	16
2	Команды выполнения строевых упражнений	Самостоятельная работа	16
3	Команды и выполнение строевых упражнений на месте в спортивном зале	Самостоятельная работа	16
4	Команды и выполнение упражнений в ходьбе и беге по спортивному залу	Самостоятельная работа	16
5	Команды и выполнение фигурной маршировки в ходьбе по спортивному залу	Самостоятельная работа	16

6	Обще развивающие упражнения (ОРУ) в начале занятия	Самостоятельная работа	16
7	Динамические силовые упражнения	Самостоятельная работа	16
8	Статические силовые упражнения	Самостоятельная работа	16
9	Акробатические упражнения	Самостоятельная работа	16
10	Упражнения в висячем и упоре. Поднимание туловища	Самостоятельная работа	16
11	Обще развивающие упражнения (ОРУ) в начале занятия	Самостоятельная работа	16
12	Обще развивающие упражнения для воспитания гибкости	Самостоятельная работа	16
13	Упражнения на гибкость во время выполнения ОРУ	Самостоятельная работа	16
14	Статические упражнения на гибкость у гимнастической «стенки»	Самостоятельная работа	16
15	Маховые и наклонные упражнения на гибкость у гимнастической «стенки»	Самостоятельная работа	16
16	Действия на гибкость в сочетании с выполнением упражнений на равновесия	Самостоятельная работа	16
17	Новый комплекс обще развивающих упражнений (ОРУ) в начале занятия	Самостоятельная работа	16
18	Упражнения для воспитания быстроты движений при выполнении комплекса ОРУ	Самостоятельная работа	16
19	Бег на короткие дистанции	Самостоятельная работа	16
20	Бег на короткие дистанции из различных стартовых исходных положений	Самостоятельная работа	16
21	Бег на длинные дистанции или на указанное время	Самостоятельная работа	16
		Итого по курсу	328

3.3 Фонд тестовых заданий

не предусмотрено учебным планом

3.4 Зачётные материалы для проведения промежуточной аттестации

не предусмотрено учебным планом

3.4.1 Вопросы для подготовки к зачёту

не предусмотрено учебным планом

Контрольные нормативы физической подготовленности основного и подготовительного отделения

Девушки

№	Виды упражнений	мел. группа	очки – баллы				
			1	2	3	4	5
1.	Бег 100 м. (с)	осн.	18,8	17,9	17,0	16,0	15,7
2.	Бег 2000 м. (с)	осн.	12,15	11,45	11,30	11,00	10,30
3.	Прыжки в длину с места (см)	осн.	160	168	180	190	200
4.	Прыжки в длину с разбега (см)	осн.	280	300	325	360	365
5.	Прыжки в высоту(см)	осн.	100	105	110	115	120
6.	Поднимание туловища из положения, лёжа на спине (кол-во)	осн.	20	30	40	50	60
7.	Сгибание рук в висе на перекладине (кол-во)	осн.	4	8	12	16	20
8.	Приседание на одной ноге (кол-во).	осн.	4	6	8	10	12
9.	Метание гранаты (м).	осн.	13	18	23	25	27
10.	Сгибание рук в упоре лёжа от скамейки (кол-во)	осн.	7	11	14	16	18
11.	Наклон ноги вместе стоя на скамейке (кол-во).	осн.	3	5	9	15	18
12.	Тест Купера (км)	осн.	1,9	2,1	2,2	2,3	2,4

Юноши

	Виды упражнений	мел. группа	очки - баллы				
			1	2	3	4	5
	Бег 100 м.(с)	осн.	14,6	14,3	14,0	13,6	13,2
	Бег 3000 м. (с)	осн.	14,50	13,50	13,10	12,35	12,00
	Прыжки в длину с места (см)	осн.	215	220	230	240	250
	Прыжки в длину с разбега (см)	осн.	390	410	435	460	500
	Прыжки в высоту (см)	осн.	125	130	135	140	145
	Поднимание ног до касания перекладины (кол-во)	осн.	3	5	6	8	10
	Поднимание туловища из положения, лёжа на спине (кол-во).	осн.	30	35	45	50	60
	Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине (кол-во).	осн.	5	7	9	12	15

Приседание на одной ноге (кол-во).	осн.	10	12	15	18	20
Метание гранаты (м)	осн.	30	35	40	42	45
Сгибание рук в (кол-во).упоре лёжа (кол-во).	осн.	20	25	30	35	40
Сгибание рук в упоре на брусьях.(кол-во).	осн.	5	7	9	12	15
Наклон стоя ноги вместе на скамейке (см).	осн.	1	3	7	13	15
Тест Купера - бег за 12 минут (км)	осн.	2,2	2,5	2,6	2,8	3,0

3.4.2 Вопросы для подготовки к экзамену не предусмотрены учебным планом

3.4.3 Практические задания к экзамену не предусмотрены учебным планом

3.4.4 Экзаменационные билеты по дисциплине не предусмотрены учебным планом

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания, знаний, умений и навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

4.1 Лекция не предусмотрены учебным планом

4.2 Практическое (семинарское) занятие не предусмотрены учебным планом

4.3 Устный опрос не предусмотрены учебным планом

4.4 Практическая работа не предусмотрены учебным планом

4.5 Самостоятельная работа

Для успешного усвоения курса необходимо не только посещать аудиторные занятия, но и вести активную самостоятельную работу. При самостоятельной проработке курса обучающиеся должны:

- просматривать основные определения и факты;
- повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учётом рекомендованной по данной теме литературы;
- изучить рекомендованную основную и дополнительную литературу, составлять тезисы, аннотации и конспекты наиболее важных моментов;
- самостоятельно выполнять задания, аналогичные предлагаемым на занятиях;
- использовать для самопроверки материалы фонда оценочных средств;
- выполнять домашние задания по указанию преподавателя.

Домашнее задание оценивается по следующим критериям:

- степень и уровень выполнения задания;
- аккуратность в оформлении работы;
- использование специальной литературы;
- сдача домашнего задания в срок.

Оценивание домашних заданий входит в накопленную оценку.

4.6 Портфолио не предусмотрены учебным планом

4.7 Тестовые задания не предусмотрены учебным планом

4.8 Консультация

При всех формах самостоятельной работы студент может получить разъяснения по непонятным вопросам у преподавателя на индивидуальных консультациях в соответствии с графиком консультаций. Студент может также обратиться к рекомендуемым преподавателем учебникам и учебным пособиям, в которых теоретические вопросы изложены более широко и подробно, чем на лекциях и с достаточным обоснованием.

Консультация – активная форма учебной деятельности в педвузе. Консультацию предваряет самостоятельное изучение студентом литературы по определённой теме. Качество консультации зависит от степени подготовки студентов и остроты поставленных перед преподавателем вопросов.

4.9 Зачёт не предусмотрен учебным планом

5.0 Экзамен не предусмотрены учебным планом