

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Цыбиков Бэлтэе Бэлтэе
Должность: Ректор
Дата подписания: 16.03.2025 11:15:49
Уникальный программный ключ:
056af948c3e48c6f3c571e429957a8ae7b757ae8

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Бурятская государственная сельскохозяйственная академия
имени В.Р. Филиппова»**

Агрономический факультет

СОГЛАСОВАНО

Заведующий выпускающей
кафедрой
«Лесоводство и лесоустройство»
к. с.-х. н., доцент

Кисова С. В.

_____ подпись

06. 05. 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Декан агрономического
факультета
к. с.-х. н., доцент

Манханов А. Д.

_____ подпись

06. 05. 2025 г.

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
дисциплины (модуля)**

Б1.В.05.06.01 Базовая физическая культура

**Направление подготовки
35.03.01 Лесное дело**

**Направленность (профиль)
Лесное хозяйство**

бакалавр

ВВЕДЕНИЕ

1. Оценочные материалы по дисциплине (модулю) являются обязательным обособленным приложением к Рабочей программе дисциплины (модуля) и представлены в виде оценочных средств.
2. Оценочные материалы является составной частью нормативно-методического обеспечения системы оценки качества освоения обучающимися указанной дисциплины (модуля).
3. При помощи оценочных материалов осуществляется контроль и управление процессом формирования обучающимися компетенций, из числа предусмотренных ФГОС ВО в качестве результатов освоения дисциплины (модуля).
4. Оценочные материалы по дисциплине (модулю) включают в себя:
 - оценочные средства, применяемые при промежуточной аттестации по итогам изучения дисциплины (модуля).
 - оценочные средства, применяемые в рамках индивидуализации выполнения, контроля фиксированных видов ВАРО;
 - оценочные средства, применяемые для текущего контроля;
5. Разработчиками оценочных материалов по дисциплине (модулю) являются преподаватели кафедры, обеспечивающей изучение обучающимися дисциплины (модуля), в Академии. Содержательной основой для разработки оценочных материалов является Рабочая программа дисциплины (модуля).

Перечень видов оценочных средств

Перечень вопросов к зачету
Контрольные нормативы
Комплект заданий для практических работ
Тестовые задания
Комплект заданий для самостоятельной работы обучающихся
Темы рефератов

Средства для промежуточной аттестации по итогам изучения дисциплины

Нормативная база проведения промежуточной аттестации обучающихся по результатам изучения дисциплины:
Базовая физическая культура

1) действующее «Положение о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся ФГБОУ ВО Бурятская ГСХА»

Основные характеристики промежуточной аттестации обучающихся по итогам изучения дисциплины

1	2
Цель промежуточной аттестации -	установление уровня достижения каждым обучающимся целей обучения по данной дисциплине
Форма промежуточной аттестации -	зачёт
Место процедуры получения зачёта в графике учебного процесса	1) участие обучающегося в процедуре получения зачёта осуществляется за счёт учебного времени (трудоемкости), отведённого на изучение дисциплины 2) процедура проводится в рамках ВАРО, на последней неделе семестра
Основные условия получения обучающимся зачёта:	1) обучающийся выполнил все виды учебной работы (включая самостоятельную) и отчитался об их выполнении в сроки, установленные графиком учебного процесса по дисциплине

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам

Перечень вопросов к зачету по дисциплине (модулю)

1. Раздел: Легкая атлетика

Тема 1. Обучение и совершенствование техники низкого старта, техники финиширования. Развитие силы.

- 1). Техника выполнения низкого старта.
- 2). Техника финиширования.
- 3). Техника выполнения силовых упражнений.

Тема 2. Бег на короткие дистанции: 60 – 100 м, средние дистанции – 1000 м.

- 1). Техника бега на короткие дистанции: 60 – 100 м.
- 2). Техника бега на средние дистанции: 1000 м.

Тема 3. Скоростно-силовая подготовка Развитие скорости.

- 1). Техника выполнения упражнений на скорость.
- 2). Техника выполнения упражнений на силу.
- 3). Техника бега по дистанции.

Тема 4. Развитие физических качеств. ОФП – прыжковая тренировка. Развитие специальной выносливости.

- 1). Развитие физических качеств.
- 2). Техника выполнения прыжка с места толчком двумя ногами.
- 3). Техника выполнения упражнений на развитие специальной выносливости.

Тема 5. Обучение и совершенствование техники высокого старта, техники финиширования. Развитие силы.

- 1). Техника высокого старта.
- 2). Техника финиширования.
- 3). Техника выполнения упражнений на развитие силы.

Тема 6. Обучение и совершенствование преодоления естественных препятствий.

- 1). Техника бега по пересеченной местности.

Тема 7. Бег на длинные дистанции по стадиону (2000 м девушки и 3000 м юноши). Подвижные игры.

- 1). Техника бега на длинные дистанции по стадиону (2000 м девушки и 3000 м юноши).
- 2). Подвижные игры.

2. Раздел: Общая физическая подготовка

Тема 1. Развитие скоростных качеств.

- 1). Техника пробегания отрезков 30-60 м.
- 2). Техника бега под гору.
- 3). Упражнения на развитие скоростных качеств

Тема 2. Развитие выносливости.

- 1). Техника длительного бега по дистанции.
- 2). Техника бега в гору.
- 3). Упражнения на выносливость.

Тема 3. Развитие силовых качеств.

- 1). Техника работы с отягощениями.
- 2). Силовые упражнения в парах.
- 3). Упражнения на развитие силы.

Тема 4. Развитие ловкости и координационных способностей.

- 1). Игровые эстафеты.
- 2). Упражнения на развитие координационных способностей.

Тема 5. Развитие гибкости.

- 1). Работа в парах.
 - 2). Упражнения на развитие гибкости.
- обучающихся

Оценочные материалы для организации текущего контроля успеваемости обучающихся

Форма, система оценивания, порядок проведения и организация текущего контроля успеваемости обучающихся устанавливаются Положением об организации текущего контроля успеваемости обучающихся.

Контрольные нормативы

Раздел: Легкая атлет

Критерии оценивания:

- Техника выполнения: работа рук, ног, координация движений, скорость.
- Техника выполнения: работа рук, ног, туловища, координация движений скорость.
- Техника выполнения: работа рук, ног, туловища, координация движений, толчок, дальность прыжка.
- Техника выполнения: хват, работа рук, положение ног, туловища.

Шкала оценивания:

Раздел: Общая физическая подготовка

Критерии оценивания:

- Техника выполнения, постановка ног, положение рук, туловища, координация движений.
- Техника выполнения: постановка ног, положение рук, туловища, координация движений, выполнение под музыкальное сопровождение
- Техника выполнения: положение туловища, рук, ног, координация движений, выполнение под музыкальное сопровождение

Шкала оценивания:

Комплект заданий для практических работ

Раздел: Легкая атлетика

Тема 1. Обучение и совершенствование техники низкого старта, техники финиширования. Развитие силы.

- 1). Выполнить низкий старт.
- 2). Финиширование.
- 3). Упражнения на силу.

Тема 2. Бег на короткие на короткие дистанции: 60 – 100 м, средние дистанции – 1000 м.

- 1). Бег 60 м.
- 2). Бег 100 м.
- 3). Бег 1000 м.

Тема 3. Скоростно-силовая подготовка Развитие скорости.

- 1). Техника выполнения упражнений на скорость.
- 2). Техника выполнения упражнений на силу.
- 3). Техника бега по дистанции.

Тема 4. Развитие физических качеств. ОФП – прыжковая тренировка. Развитие специальной выносливости.

- 1). Прыжковая тренировка.
- 2). Прыжки в длину с места толчком двумя ногами.
- 3). Упражнения на выносливость.

Тема 5. Обучение и совершенствование техники высокого старта, техники финиширования. Развитие силы.

- 1). Выполнение высокого старта.
- 2). Финиширование.
- 3). Упражнения на силу.

Тема 6. Обучение и совершенствование преодоления естественных препятствий.

- 1). Бег по пересеченной местности.

Тема 7. Бег на длинные дистанции по стадиону (2000 м девушки и 3000 м юноши). Подвижные игры.

- 1). Бег по беговой дорожке на 2000 м девушки и 3000 м юноши.
- 2). Подвижные игры.

Критерии оценивания:

- правильность выполнения задания на практическую работу;
- степень усвоения теоретического материала по теме практической работы;
- способность продемонстрировать преподавателю навыки практической работы;
- правильность и полнота ответов на вопросы преподавателя при выполнении практической работы.

Шкала оценивания:

Раздел: Общая физическая подготовка

Тема 1. Развитие скоростных качеств.

- 1). Пробегание отрезков 30-60 м.
- 2). Бег под гору.
- 3). Упражнения на развитие скоростных качеств

Тема 2. Развитие выносливости.

- 1). Длительный бег по дистанции.
- 2). Бег в гору.
- 3). Упражнения на выносливость.

Тема 3. Развитие силовых качеств.

- 1). Работа с отягощениями.
- 2). Силовые упражнения в парах.
- 3). Упражнения на развитие силы.

Тема 4. Развитие ловкости и координационных способностей.

- 1). Игровые эстафеты.
- 2). Упражнения на развитие координационных способностей.

Тема 5. Развитие гибкости.

- 1). Работа в парах.
- 2). Упражнения на развитие гибкости.

Критерии оценивания:

- правильность выполнения задания на практическую работу;
- степень усвоения теоретического материала по теме практической работы;
- способность продемонстрировать преподавателю навыки практической работы;
- правильность и полнота ответов на вопросы преподавателя при выполнении практической работы.

Шкала оценивания:

Блок 1– дескриптор «Знать»

Задание 27 (выберите один вариант ответа). Национальные виды спорта и народные игры являются

- а) неотъемлемой частью общей культуры нашего народа
- б) наполнением содержания программного материала физического воспитания
- в) условием борьбы за независимость и суровой кочевой жизни
- г) пропагандой национальной культуры и традиции

Правильный ответ: а

Задание 28 (выберите один вариант ответа). Народные игры несут в себе приоритеты культурного наследия и ценности их развития

- а) самобытную систему физического воспитания
- б) воспитания нравственного сознания и поведения
- в) развитие культурно-просветительного праздника творчества
- г) формирование жизненно важного фонда двигательных умений и навыков

Правильный ответ: г

Задание 29 (выберите один вариант ответа). Знать нормативы ГТО по 6 ступени

- а) 14-17
- б) 17-18
- в) 16-19
- г) 15-18

Правильный ответ: б

Задание 30 (выберите один вариант ответа). Национальные виды спорта, физические упражнения и народные игры как вид деятельности (укажите несколько правильных ответов)

- а) создавались по мере необходимости благоприятные условия для активизации творческого развития
- б) формировались и совершенствовались на протяжении тысячелетий
- в) приобретались знания, умения и навыки для кочевого образа жизни
- г) передавались из поколения в поколения

Правильный ответ: б

Задание 31 (выберите один вариант ответа). Характерной особенностью национальных видов спорта являются (укажите правильный ответ) .:

- а) простота, реактивность, коммуникабельность и сложность в применении

- б) нереальность, недоступность, не комфортабельность в применении
- в) динамичность, общедоступность, практичность и простота в применении
- г) нет правильного ответа

Правильный ответ: а

Задание 32 (выберите один вариант ответа). Состязательный характер национальных видов спорта способствовал

- а) формированию у молодежи потребности участвовать в активном двигательном процессе
- б) развитию у молодежи силы, ловкости и выносливости, воспитанию храбрости, мужества и других качеств
- в) сохранению традиционных взглядов на образ жизни
- г) ведению здорового образа жизни

Правильный ответ: а

Задание 33 (выберите один вариант ответа). Какими исконно русскими видами спорта являются (укажите правильный ответ) .:

- а) гиревой спорт, конный спорт, конькобежный спорт, лапта
- б) хоккей с мячом, самбо, городошный спорт, лапта, гиревой спорт
- в) хоккей с шайбой, лыжи, самбо, легкая атлетика, волейбол
- г) нет правильного ответа

Правильный ответ: а

Задание 34 (выберите один вариант ответа). Национальные виды спорта вбирают в себя «дух» состязательности и эффект воспитательного воздействия .:

- а) показ красоты тела, проявление силы, ловкости и здоровья
- б) зрелищность, игровое напряжение, сопредельную физическую нагрузку
- в) народные формы физической культуры
- г) богатырской силы, молодецкой удалью, задором и весельем

Правильный ответ: б

Задание 35 (выберите один вариант ответа). Народные игры несут в себе приоритеты культурного наследия и ценности их развития .:

- а) самобытную систему физического воспитания
- б) воспитания нравственного сознания и поведения
- в) развитие культурно-просветительного праздника творчества
- г) формирование жизненно важного фонда двигательных умений и навыков

Правильный ответ: а

Задание 36 (выберите один вариант ответа). Нетрадиционные системы физических упражнений – это .:

- а) особенности организации учебных занятий, специальные зачетные требования и нормативы
- б) современные системы физических упражнений, представляющие собой специально подобранные движения и позы, направленные на комплексное или избирательное воздействие на определенные функциональные системы организма
- в) организационные основы занятий различными оздоровительными системами в свободное время
- г) нет правильного ответа

Правильный ответ: а

Задание 37 (выберите один вариант ответа). В воспитательно-образовательном процессе для профилактики заболеваний и укрепления организма применяются нетрадиционные виды двигательной активности, к которым относят

- а) стретчинг; спортивную аэробику, дыхательную гимнастику, йогу, ушу, гимнастику для глаз, атлетическая гимнастика
- б) лечебная медицина, лечебная физическая культура, волейбол, футбол, нетрадиционная медицина, ушу
- в) лечебная физическая культура, аэробику, легкая атлетика, лыжный спорт, плавание
- г) нет правильного ответа

Правильный ответ: в

Задание 38 (выберите один вариант ответа). К западным нетрадиционным системам упражнений относятся

- а) йога, у-шу, цигун
- б) спортивная аэробику, гидроаэробику, шейпинг
- в) шейпинг, йога, атлетическая гимнастика
- г) стретчинг, атлетическая гимнастика

Правильный ответ: а

Задание 39 (выберите один вариант ответа). Стретчинг – это .:

- а) одно из направлений фитнеса для улучшения растяжки мышц и гибкости
- б) комплекс упражнений и поз для растягивания определенных мышц, связок и сухожилий туловища и конечностей
- в) прекрасный способ быть в хорошей спортивной форме, иметь подтянутое стройное тело и излучать уверенность в себе
- г) комплекс активных физических упражнений, выполняемый под ритмичную музыку без остановок и пауз

Правильный ответ: г

Блок 2– дескрипторы «Знать», «Уметь»

Задание 75 (выберите два и более вариантов ответа). Какие элементы традиционных развлечений и забав как виды народной физической культуры используются при проведении народных праздников .:

- а) катания с ледяных горок, метания «снежков», лепки «снеговиков», ходьба босиком по снегу, обливания холодной водой, плавания в купели
- б) бой быков, бег наперегонки, бой с тенью, конные скачки, стрельба из винтовки, метания «снежков»
- в) кулачные бои, бег наперегонки, прыжки через препятствия (костер), перетягивание каната
- г) подвижные и спортивные игры: «чиж», «русские городки», «стукалочка», «жошка», «битки», «салки», «горелки», «поднебески», «бабки-подкоски», «русские шашки»

Правильный ответ: а

Задание 76 (установите соответствие между элементами двух множеств). Установите соответствие между традиционными видами спорта .:

- 1. Национальные виды спорта
- 2. Народные игры
- 3. исконно русскими видами спорта
- а) хоккей с мячом, самбо, городошный спорт, лапта, гиревой спорт
- б) показ красоты тела, проявление силы, ловкости и здоровья
- в) городошный спорт, лапта
- г) хоккей с мячом

Правильный ответ: 1-а, 2-б, 3-в.

Задание 77 (установите последовательность действий). Установите последовательность действий верхней передачи волейбольного мяча .

- а) встретить мяч
- б) принять исходное положение
- в) сгруппировать тело с мячом
- г) передача мяча

Правильный ответ: б, а, в, г.

Задание 78 (выберите один вариант ответа). В восточные нетрадиционные системы упражнений включают (укажите правильный ответ) .:

- а) йога, у-шу, цигун
- б) спортивная аэробика, гидроаэробика, шейпинг
- в) стретчинг, атлетическая гимнастика
- г) у-шу, стретчинг, гидроаэробика

Правильный ответ: б

Задание 79 (выберите два и более вариантов ответа). В системе физических упражнений «У-шу» можно выделить три направления (укажите какие? и отметьте их галочкой в выбранном варианте) .:

- а) оздоровительное
- б) физкультурное
- в) спортивное
- г) лечебное

Правильный ответ: а, б, в

Задание 80 (выберите два и более вариантов ответа). Йога – это .:

- а) философия здорового образа жизни и понимают как науку о равновесии и гармонии;
- б) комплексная система психофизических упражнений;
- в) система физических упражнений с различными отягощениями, имеющая целью развитие мускулатуры и укрепление здоровья человека;
- г) полноценный вид спорта, включенный в Единый Всероссийский Реестр Видов спорта, имеющий свою разрядную классификацию.

Правильный ответ: а, б, в

Задание 81 (выберите один вариант ответа). Дыхательная гимнастика – это .:

- а) система дыхательных упражнений, направленных на укрепление здоровья и лечение различных заболеваний
- б) система гимнастических упражнений, направленная на развитие силовых качеств и способностей «ими пользоваться»
- в) путь к самосовершенствованию личности через выполнение гимнастических комплексов и психофизического тренинга оздоровления организма
- г) система упражнений, развивающих силу, в сочетании с всесторонней физической подготовкой, на основе комплекса ГТО, направленная на укрепление здоровья

Правильный ответ: а

Задание 82 (выберите один вариант ответа). Время работы при физической нагрузке высокой интенсивности составляет

- ∴
а) 5 – 10 мин.
б) 5 – 30 мин.
в) 5 – 40 мин.
г) нет правильного ответа
Правильный ответ: а

Задание 83 (выберите два и более вариантов ответа). Противопоказаниями к занятиям оздоровительной ФК являются ∴
∴
а) психическое заболевание
б) приток крови
в) тромбоз
г) спортивный азарт
Правильный ответ: а, б, в

Задание 84 (выберите один вариант ответа). Результатом физической подготовки является ∴
а) количество разученных упражнений.
б) физическое совершенство;
в) степень физической подготовленности.
г) нет правильного ответа
Правильный ответ: в

Задание 85 (выберите один вариант ответа). Какие виды спорта тренируют дыхание ∴
а) бег с препятствиями, футбол, тяжелая атлетика;
б) большой теннис, плавание, волейбол;
в) спортивная ходьба, лыжные и велосипедные виды спорта
г) нет правильного ответа
Правильный ответ: в

Блок 3 – дескрипторы «Знать», «Уметь», «Владеть»

Задание 110 (Кейс-задание). Сеть супермаркетов «Золотое яблоко» создана в 1996 году в Екатеринбурге. Сейчас сеть насчитывает 12 магазинов в семи городах России. В настоящее время открывает в Петербурге первый магазин. В Петербурге компания выходит на рынок, который делят между собой три федеральные сети: «Рив Гош» (46 магазинов), «Л'Этуаль» (41), «Иль де Ботэ» (9). «Золотое яблоко» позиционирует себя как сильного, агрессивного конкурента с оригинальной концепцией. Ассортимент превышает 200000 наименований, в магазинах представлено около 600 брендов. По итогам 2018 года выручка компании составила 10,6 млрд. руб. (без НДС). Для сравнения «Иль де Ботэ» получила выручку в размере 19,9 млрд. руб., «Л'Этуаль» - 82,5 млрд. руб., «Рив Гош» - 37 млрд. руб. .

Задание 111 (Кейс-задание). В 2020 г. БГСХА проводило прием контрольных требований по комплексу ГТО среди школьников, обучающихся СПО, ВО, преподавателей и сотрудников БГСХ и жителей Железнодорожного района г. Улан-Удэ ..

Задание 112 (выберите один вариант ответа). Знать нормативы ГТО по 6 ступени ∴
а) 14-17
б) 17-18
в) 16-19
г) 15-18
Правильный ответ: б

Задание 113 (выберите один вариант ответа). Двигательные физические способности – это ∴
а) способности двигаться и принимать нагрузки
б) способности, помогающие обеспечить оптимальный уровень двигательной активности
в) умения выполнять сложные комплексы физических упражнений без подготовки
г) нет правильного ответа
Правильный ответ: б

Задание 114 (выберите два и более вариантов ответа). Основными формами занятий физической культурой в свободное время являются ∴
а) занятия утренней гигиенической гимнастикой;
б) занятия чтением специализированной литературы;
в) занятия по приему водных и солнечных процедур;
г) занятия ходьбой по пересеченной местности.
Правильный ответ: а

Задание 115 (выберите два и более вариантов ответа). Противопоказаниями к занятиям оздоровительной ФК являются ∴
∴

- а) психическое заболевание;
 - б) приток крови;
 - в) тромбоз;
 - г) спортивный азарт;
- Правильный ответ: а

Задание 116 (выберите один вариант ответа). Время работы при физической нагрузке высокой интенсивности составляет ..

- а) 5 – 10 мин.
- б) 5 – 30 мин.
- в) 5 – 40 мин.
- г) 5 – 45 мин.

Правильный ответ: а

Комплект заданий для самостоятельной работы обучающихся

Задание. Самостоятельно изучить вопросы и сделать конспекты

Раздел: Легкая атлетика

Тема 1. Обучение и совершенствование техники низкого старта, техники финиширования. Развитие силы.

- 1). Техника выполнения низкого старта.
- 2). Техника финиширования.
- 3). Техника выполнения силовых упражнений.

Тема 2. Бег на короткие на короткие дистанции: 60 – 100 м, средние дистанции – 1000 м.

- 1). Техника бега на короткие дистанции: 60 – 100 м.
- 2). Техника бега на средние дистанции: 1000 м.

Тема 3. Скоростно-силовая подготовка Развитие скорости.

- 1). Техника выполнения упражнений на скорость.
- 2). Техника выполнения упражнений на силу.
- 3). Техника бега по дистанции.

Тема 4. Развитие физических качеств. ОФП – прыжковая тренировка. Развитие специальной выносливости.

- 1). Развитие физических качеств.
- 2). Техника выполнения прыжка с места толчком двумя ногами.
- 3). Техника выполнения упражнений на развитие специальной выносливости.

Тема 5. Обучение и совершенствование техники высокого старта, техники финиширования. Развитие силы.

- 1). Техника высокого старта.
- 2). Техника финиширования.
- 3). Техника выполнения упражнений на развитие силы.

Тема 6. Обучение и совершенствование преодоления естественных препятствий.

- 1). Техника бега по пересеченной местности.

Тема 7. Бег на длинные дистанции по стадиону (2000 м девушки и 3000 м юноши). Подвижные игры.

- 1). Техника бега на длинные дистанции по стадиону (2000 м девушки и 3000 м юноши).
- 2). Подвижные игры.

Критерии оценивания:

- полнота раскрытия самостоятельно изучаемых вопросов;
- правильность формулировки и использования понятий и категорий.

Шкала оценивания:

Раздел: Общая физическая подготовка

Тема 1. Развитие скоростных качеств.

- 1). Техника пробегания отрезков 30-60 м.
- 2). Техника бега под гору.
- 3). Упражнения на развитие скоростных качеств

Тема 2. Развитие выносливости.

- 1). Техника длительного бега по дистанции.
- 2). Техника бега в гору.
- 3). Упражнения на выносливость.

Тема 3. Развитие силовых качеств.

- 1). Техника работы с отягощениями.
- 2). Силовые упражнения в парах.
- 3). Упражнения на развитие силы.

Тема 4. Развитие ловкости и координационных способностей.

- 1). Игровые эстафеты.
- 2). Упражнения на развитие координационных способностей.

Тема 5. Развитие гибкости.

- 1). Работа в парах.
- 2). Упражнения на развитие гибкости.

Критерии оценивания:

- полнота раскрытия самостоятельно изучаемых вопросов;
- правильность формулировки и использования понятий и категорий.

Шкала оценивания:

Темы письменных работ (эссе, рефераты, курсовые работы и др.)

Темы реферата по дисциплине «Базовая физическая культура и спорт»

1 курс

. Методологическая основа дисциплины «Базовой физической культуры»

Раскрываемая подтема: Легкая атлетика как базовый вид видов спорта

1. Базовый вид спорта «Легкая атлетика»: руководящие органы, значения, понятия и предпосылки к занятиям.
2. Разновидности легкоатлетических дисциплин (ходьба, бег, метание, толкание, прыжки и т.д.), их значение и особенности.
3. Обучение технике оздоровительной ходьбы (скандинавской).
4. Обучение технике спортивной ходьбы.
5. Обучение технике бега на короткие дистанции.
6. Обучение технике бега на средние дистанции.
7. Обучение технике прыжков в длину.
8. Обучение технике метания гранаты.
9. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике.

2 курс

Методические основы самостоятельных занятий легкоатлетическими физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий

Раскрываемая подтема:

1. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий физической культурой и спортом средствами легкой атлетики.
2. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности в внеучебное время и их особенности.
3. Планирование самостоятельных занятий в зависимости от возраста и пола.
4. Границы интенсивности нагрузок, их взаимосвязь с уровнем физической подготовленности, самоконтроль и гигиена при занятиях легкоатлетическими дисциплинами.
5. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий конкретным видом дисциплины легкой атлетики.
6. Определение величины физической нагрузки и уровня физической подготовленности в процессе самостоятельных занятий легкой атлетикой.
7. Самоконтроль за эффективностью занятий по видам легкой атлетики.
8. Виды диагностики состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями легкой атлетики.
9. Гигиенические требования при систематических самостоятельных занятиях легкой атлетикой.

3 курс

Воздействие легкоатлетических упражнений на повышения уровня дееспособности организма в рамках оздоровительно-реактивной и реабилитационной направленности

Раскрываемая подтема:

1. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности.
2. Содержательная основа оздоровительной физической культуры и спорта для лиц с ограниченным состоянием здоровья.
3. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий у лиц с ограниченным состоянием здоровья.
4. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности у занимающихся лиц с ограниченным состоянием здоровья физической культурой и спортом.
5. Содержательная основа адаптивных программ с учетом нозологии.
6. Средства, методы и формы занятий, обеспечивающие нормализации функционального состояния и лечения конкретного вида заболевания.
7. Утренняя гигиеническая гимнастика как одна из форм самостоятельных занятий.
8. Значение видов педагогического контроля и их учет в процессе само-подготовки.
9. Методика кругового, интервального и вариационного методов обучения.
10. Структура проведения подготовительной, основной и заключительной части учебного занятия и их содержательная основа.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Критерии оценки к зачету

зачет /оценка «отлично» (86-100 баллов) ставится обучающемуся, обнаружившему систематические и глубокие знания учебно-программного материала, умения свободно выполнять задания, предусмотренные программой в типовой ситуации (с ограничением времени) и в нетиповой ситуации, знакомство с основной и дополнительной литературой, усвоение взаимосвязи основных понятий дисциплины в их значении приобретаемой специальности и проявившему творческие способности и самостоятельность в приобретении знаний.

зачет /оценка «хорошо» (71-85 баллов) ставится обучающемуся, обнаружившему полное знание учебно-программного материала, успешное выполнение заданий, предусмотренных программой в типовой ситуации (с ограничением времени), усвоение материалов основной литературы, рекомендованной в программе, способность к самостоятельному пополнению и обновлению знаний в ходе дальнейшей работы над литературой и в профессиональной деятельности.

зачет /оценка «удовлетворительно» (56-70 баллов) ставится обучающемуся, обнаружившему знание основного учебно-программного материала в объеме, достаточном для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, знакомство с основной литературой, рекомендованной программой, умение выполнять задания, предусмотренные программой.

незачет /оценка «неудовлетворительно» (менее 56 баллов) ставится обучающемуся, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, слабые побуждения к самостоятельной работе над рекомендованной основной литературой.

Оценка «неудовлетворительно» ставится обучающимся, которые не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании академии без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Критерии оценивания контрольной работы текущего контроля успеваемости обучающихся (рекомендуемое)

Критерии оценивания (устанавливаются разработчиком самостоятельно с учетом использования рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся)

Примерные критерии оценивания:

- правильность ответа по содержанию задания (учитывается количество и характер ошибок при ответе);
- полнота и глубина ответа (учитывается количество усвоенных фактов, понятий и т.п.);
- сознательность ответа (учитывается понимание излагаемого материала);
- логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией);
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание (не одобряется затянутость выполнения задания, устного ответа во времени, с учетом индивидуальных особенностей обучающихся).

Шкала оценивания (устанавливается разработчиком самостоятельно с учетом использования рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся)

Примерная шкала оценивания:

Баллы для учета в рейтинге (оценка)	Степень удовлетворения критериям
86-100 баллов «отлично»	Обучающийся полно и аргументировано отвечает по содержанию вопроса (задания); обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно.
71-85 баллов «хорошо»	Обучающийся достаточно полно и аргументировано отвечает по содержанию вопроса (задания); обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно. Допускает 1-2 ошибки, исправленные с помощью наводящих вопросов.
56-70 баллов «удовлетворительно»	Обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.

0-55 баллов «неудовлетворительно»	Обучающийся обнаруживает незнание ответа на соответствующее задание (вопрос), допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Отмечаются такие недостатки в подготовке обучающегося, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.
Критерии оценивания контрольной работы дискуссионных тем и вопросов для круглого стола (дискуссии, полемики, диспута, дебатов)	
<p>Критерии оценивания (устанавливаются разработчиком самостоятельно с учетом использования рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся)</p> <p>Примерные критерии оценивания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретический уровень знаний; - качество ответов на вопросы; - подкрепление материалов фактическими данными (статистические данные или др.); - практическая ценность материала; - способность делать выводы; - способность отстаивать собственную точку зрения; - способность ориентироваться в представленном материале; - степень участия в общей дискуссии. <p>Шкала оценивания (устанавливается разработчиком самостоятельно с учетом использования рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся)</p> <p>Примерная шкала оценивания:</p>	
Баллы для учета в рейтинге (оценка)	Степень удовлетворения критериям
86-100 баллов «отлично»	Обучающийся свободно владеет учебным материалом; проявляет навыки анализа, обобщения, критического осмысления, публичной речи, аргументации, ведения дискуссии и полемики, критического восприятия информации; материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, точно используется терминология; показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации; высказывать свою точку зрения.
71-85 баллов «хорошо»	Ответ удовлетворяет в основном требованиям на оценку «отлично», но при этом имеет один из недостатков: в усвоении учебного материала допущены небольшие пробелы, не искавшие содержание ответа; допущены один – два недочета в формировании навыков публичной речи, аргументации, ведения дискуссии и полемики, критического восприятия информации.
56-70 баллов «удовлетворительно»	Неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов. Обучающийся не может применить теорию в новой ситуации.
0-55 баллов «неудовлетворительно»	Не раскрыто основное содержание учебного материала; обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов; не сформированы умения и навыки публичной речи, аргументации, ведения дискуссии и полемики, критического восприятия информации.
Критерии оценивания контрольной работы для практических (лабораторных) работ	
<p>Критерии оценивания (устанавливаются разработчиком самостоятельно с учетом использования рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся)</p> <p>Примерные критерии оценивания:</p> <ul style="list-style-type: none"> – правильность выполнения задания на практическую/лабораторную работу в соответствии с вариантом; – степень усвоения теоретического материала по теме практической /лабораторной работы; – способность продемонстрировать преподавателю навыки работы в инструментальной программной среде, а также применить их к решению типовых задач, отличных от варианта задания; – качество подготовки отчета по практической / лабораторной работе; – правильность и полнота ответов на вопросы преподавателя при защите работы и др. <p>Шкала оценивания (устанавливается разработчиком самостоятельно с учетом использования рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся)</p> <p>Примерная шкала оценивания практических занятий (лабораторных работ):</p>	

Баллы для учета в рейтинге (оценка)	Степень удовлетворения критериям
86-100 баллов «отлично»	Выполнены все задания практической (лабораторной) работы, обучающийся четко и без ошибок ответил на все контрольные вопросы.
71-85 баллов «хорошо»	Выполнены все задания практической (лабораторной) работы; обучающийся ответил на все контрольные вопросы с замечаниями.
56-70 баллов «удовлетворительно»	Выполнены все задания практической (лабораторной) работы с замечаниями; обучающийся ответил на все контрольные вопросы с замечаниями.
0-55 баллов «неудовлетворительно»	Обучающийся не выполнил или выполнил неправильно задания практической (лабораторной) работы; обучающийся ответил на контрольные вопросы с ошибками или не ответил на контрольные вопросы.

Критерии оценивания контрольной работы тестовых заданий

Критерии оценивания (устанавливаются разработчиком самостоятельно с учетом использования рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся)

Примерные критерии оценивания:

- отношение правильно выполненных заданий к общему их количеству

Шкала оценивания (устанавливается разработчиком самостоятельно с учетом использования рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся)

Примерная шкала оценивания:

Баллы для учета в рейтинге (оценка)	Степень удовлетворения критериям
86-100 баллов «отлично»	Выполнено 86-100% заданий
71-85 баллов «хорошо»	Выполнено 71-85% заданий
56-70 баллов «удовлетворительно»	Выполнено 56-70% заданий
0-55 баллов «неудовлетворительно»	Выполнено 0-56% заданий

Критерии оценивания контрольной работы темы эссе (рефератов, докладов, сообщений)

Критерии оценивания (устанавливаются разработчиком самостоятельно с учетом использования рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся)

Примерные критерии оценивания:

- полнота раскрытия темы;
- степень владения понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины;
- знание фактического материала, отсутствие фактических ошибок;
- умение логически выстроить материал ответа;
- умение аргументировать предложенные подходы и решения, сделанные выводы;
- степень самостоятельности, грамотности, оригинальности в представлении материала (стилистические обороты, манера изложения, словарный запас, отсутствие или наличие грамматических ошибок);
- выполнение требований к оформлению работы.

Шкала оценивания (устанавливается разработчиком самостоятельно с учетом использования рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся).

Примерная шкала оценивания письменных работ:

Баллы для учета в рейтинге (оценка)	Степень удовлетворения критериям
86-100 баллов «отлично»	<p>Содержание работы в целом соответствует теме задания. Продемонстрировано знание фактического материала, отсутствуют ошибки. Продемонстрировано уверенное владение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины (уместность употребления, аббревиатуры, толкование и т.д.), отсутствуют ошибки в употреблении терминов. Показано умелое использование категорий и терминов дисциплины в их ассоциативной взаимосвязи.</p> <p>Ответ четко структурирован и выстроен в заданной логике. Части ответа логически взаимосвязаны. Отражена логическая структура проблемы (задания): постановка проблемы – аргументация – выводы. Объем ответа укладывается в заданные рамки при сохранении смысла.</p> <p>Продемонстрировано умение аргументировано излагать собственную точку зрения. Видно уверенное владение освоенным материалом, изложение сопровождается адекватными иллюстрациями (примерами) из практики.</p> <p>Высокая степень самостоятельности, оригинальность в представлении материала: стилистические обороты, манера изложения, словарный запас. Отсутствуют стилистические и орфографические ошибки в тексте.</p> <p>Работа выполнена аккуратно, без помарок и исправлений.</p>

71-85 баллов «хорошо»	<p>Содержание ответа в целом соответствует теме задания. Продемонстрировано знание фактического материала, встречаются несущественные фактические ошибки.</p> <p>Продемонстрировано владение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины (уместность употребления, аббревиатуры, толкование и т.д.), отсутствуют ошибки в употреблении терминов.</p> <p>Показано умелое использование категорий и терминов дисциплины в их ассоциативной взаимосвязи.</p> <p>Ответ в достаточной степени структурирован и выстроен в заданной логике без нарушений общего смысла. Части ответа логически взаимосвязаны. Отражена логическая структура проблемы (задания): постановка проблемы – аргументация – выводы. Объем ответа незначительно превышает заданные рамки при сохранении смысла.</p> <p>Продемонстрировано умение аргументированно излагать собственную точку зрения, но аргументация не всегда убедительна. Изложение лишь отчасти сопровождается адекватными иллюстрациями (примерами) из практики.</p> <p>Достаточная степень самостоятельности, оригинальность в представлении материала.</p> <p>Встречаются мелкие и не искажающие смысла ошибки в стилистике, стилистические штампы. Есть 1–2 орфографические ошибки.</p> <p>Работа выполнена аккуратно, без помарок и исправлений.</p>
56-70 баллов «удовлетворительно»	<p>Содержание работы в целом соответствует теме задания. Продемонстрировано удовлетворительное знание фактического материала, есть фактические ошибки (25–30%).</p> <p>Продемонстрировано достаточное владение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины, есть ошибки в употреблении и трактовке терминов, расшифровке аббревиатур.</p> <p>Ошибки в использовании категорий и терминов дисциплины в их ассоциативной взаимосвязи.</p> <p>Ответ плохо структурирован, нарушена заданная логика. Части ответа логически разорваны, нет связей между ними. Ошибки в представлении логической структуры проблемы (задания): постановка проблемы – аргументация – выводы. Объем ответа в существенной степени (на 25–30%) отклоняется от заданных рамок.</p> <p>Нет собственной точки зрения либо она слабо аргументирована. Примеры, приведенные в ответе в качестве практических иллюстраций, в малой степени соответствуют изложенным теоретическим аспектам.</p> <p>Текст работы примерно наполовину представляет собой стандартные обороты и фразы из учебника/лекций. Обилие ошибок в стилистике, много стилистических штампов. Есть 3–5 орфографических ошибок.</p> <p>Работа выполнена не очень аккуратно, встречаются помарки и исправления.</p>
0-55 баллов «неудовлетворительно»	<p>Содержание ответа не соответствует теме задания или соответствует ему в очень малой степени.</p> <p>Продемонстрировано крайне слабое владение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины (неуместность употребления, неверные аббревиатуры, искаженное толкование и т.д.), присутствуют многочисленные ошибки в употреблении терминов.</p> <p>Продемонстрировано крайне низкое (отрывочное) знание фактического материала, много фактических ошибок – практически все факты (данные) либо искажены, либо неверны.</p> <p>Ответ представляет собой сплошной текст без структурирования, нарушена заданная логика. Части ответа не взаимосвязаны логически. Нарушена логическая структура проблемы (задания): постановка проблемы – аргументация – выводы. Объем ответа более чем в 2 раза меньше или превышает заданный. Показаны неверные ассоциативные взаимосвязи категорий и терминов дисциплины.</p> <p>Отсутствует аргументация изложенной точки зрения, нет собственной позиции.</p> <p>Отсутствуют примеры из практики либо они неадекватны.</p> <p>Текст ответа представляет полную кальку текста учебника/лекций. Стилистические ошибки приводят к существенному искажению смысла. Большое число орфографических ошибок в тексте (более 10 на страницу).</p> <p>Работа выполнена неаккуратно, с обилием помарок и исправлений. В работе один абзац и больше позаимствован из какого-либо источника без ссылки на него.</p>
Критерии оценивания контрольной работы участия обучающегося в активных формах обучения (доклады, выступления на семинарах, практических занятиях и пр.):	
Баллы для учета в рейтинге (оценка)	Степень удовлетворения критериям
86-100 баллов «отлично»	<p>Полное раскрытие вопроса; указание точных названий и определений; правильная формулировка понятий и категорий; самостоятельность ответа, умение вводить и использовать собственные классификации и квалификации, анализировать и делать собственные выводы по рассматриваемой теме; использование дополнительной литературы и иных материалов и др.</p>
71-85 баллов «хорошо»	<p>Недостаточно полное, по мнению преподавателя, раскрытие темы; несущественные ошибки в определении понятий, категорий и т.п., кардинально не меняющих суть изложения; использование устаревшей учебной литературы и других источников</p>

56-70 баллов «удовлетворительно»	Отражение лишь общего направления изложения лекционного материала и материала современных учебников; наличие достаточного количества несущественных или одной - двух существенных ошибок в определении понятий и категорий и т. п.; использование устаревшей учебной литературы и других источников; неспособность осветить проблематику учебной дисциплины и др.
0-55 баллов «неудовлетворительно»	Темы не раскрыты; большое количество существенных ошибок; отсутствие умений и навыков, обозначенных выше в качестве критериев выставления положительных оценок и др.

ИЗМЕНЕНИЯ И ДОПОЛНЕНИЯ

Ведомость изменений

№ п/п	Вид обновлений	Содержание изменений, вносимых в ОПОП	Обснование изменений
1			
2			
3			
4			
5			
6			