

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Цыбиньева Барикто Баторовна
Должность: Ректор
Дата подписания: 18.09.2024 11:19:27
Уникальный программный ключ:
056af948c3e48c6f3c571e429957a8ae7b757ae8

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

Экономический факультет

СОГЛАСОВАНО
Заведующий
выпускающей кафедрой
Бухгалтерский учет и
аудит

уч. ст., уч. зв.

ФИО

подпись

«__» _____ 20__ г.

УТВЕРЖДАЮ
Декан экономического
факультета

уч. ст., уч. зв.

ФИО

подпись

«__» _____ 20__ г.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

дисциплины (модуля)

**Б1.В.17 Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту
Направление подготовки
38.03.01 Экономика**

**Направленность (профиль)
Бухгалтерский учет, анализ и аудит в организациях АПК
бакалавр**

Обеспечивающая преподавание дисциплины кафедра
Физическое воспитание кафедры

Разработчик

подпись

уч.ст., уч. зв.

И.О.Фамилия

Внутренние эксперты:
Председатель методической
комиссии Факультета
Агробизнеса и межкультурных
коммуникаций

подпись

уч.ст., уч. зв.

И.О.Фамилия

Заведующий методическим
кабинетом УМУ

подпись

И.О.Фамилия

Улан – Удэ, 2021

ВВЕДЕНИЕ

1. Оценочные материалы по дисциплине (модулю) является 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) включает в себя:

- оценочные средства, применяемые при промежуточной аттестации по итогам изучения дисциплины (модуля).

- 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).

1. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ
учебной дисциплины (модуля) персональный уровень достижения которых проверяется
с использованием представленных в п. 3 оценочных материалов

Компетенции, в формировании которых задействована дисциплина		Компоненты компетенций, формируемые в рамках данной дисциплины (как ожидаемый результат ее освоения)		
код	наименование	знать и понимать	уметь делать (действовать)	владеть навыками (иметь навыки)
1		2	3	4
Общекультурные компетенции				
ОК-8	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Уметь использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Владеть способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

2. РЕЕСТР
элементов оценочных материалов по дисциплине (модулю)

Группа оценочных средств	Оценочное средство или его элемент
	Наименование
1	2
1. Средства для промежуточной аттестации по итогам изучения дисциплины	Вопросы для поведения зачета Критерии оценивания
2. Средства для индивидуализации выполнения, контроля фиксированных видов (ВАРО)	Не предусмотрены учебным планом
3. Средства для текущего контроля	Контрольные нормативы Критерии оценивания Шкала оценивания
	Комплект заданий для практических работ Критерии оценивания Шкала оценивания
	Комплект контрольных вопросов для поведения устных вопросов Критерии оценивания Шкала оценивания

3. Описание показателей, критериев и шкал оценивания компетенций в рамках дисциплины (модуля)

Код компетенции	Название компетенции	Показатель освоения компетенции	Планируемые результаты обучения	Уровни сформированности компетенций				Формы и средства контроля формирования компетенций
				компетенция не сформирована	минимальный	средний	высокий	
				Оценки сформированности компетенций				
				2	3	4	5	
				Оценка «неудовлетворительно»	Оценка «удовлетворительно»	Оценка «хорошо»	Оценка «отлично»	
				Характеристика сформированности компетенции				
			Компетенция в полной мере не сформирована. Имеющихся знаний, умений и навыков недостаточно для решения практических (профессиональных) задач	Сформированность компетенции соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач	Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в целом достаточно для решения стандартных практических (профессиональных) задач	Сформированность компетенции полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в полной мере достаточно для решения сложных практических (профессиональных) задач		
Критерии оценивания								
ОК-8	способность ю использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Полнота знаний	знает сущность, содержание и задачи, общие принципы и основные методы физической культуры и спорта; методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной профессиональной деятельности в области управления процессом формирования информации в системе бухгалтерского учета	не знает методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	не в полной мере знает методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	хорошо знает методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	в полной мере знает методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Вопросы к зачету Контрольные нормативы Комплект контрольных вопросов для проведения устных опросов Комплект заданий для практических работ
		Наличие умений	умеет использовать принципы,	не умеет использовать методы и средства физической культуры для	не в полной мере умеет использовать методы и средства	хорошо умеет использовать методы и средства физической	в полной мере умеет использовать методы и средства физической	

			методы и средства физической культуры и спорта в профессиональной деятельности в области бухгалтерского учета	обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
		Наличие навыков (владение опытом)	владеет способностью использовать принципы, методы и средства физической культуры и спорта для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности в области бухгалтерского учета	не имеет навыка использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	не в полной мере имеет навык использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	имеет навык использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	в полной мере имеет навык использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	

4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы

4.1. Типовые контрольные задания, необходимые для оценки знаний, умений, навыков

4.1.1. Средства для промежуточной аттестации по итогам изучения дисциплины

Нормативная база	
проведения промежуточной аттестации обучающихся по результатам изучения дисциплины: Б1.В.17 Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту	
1) действующее «Положение о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся ФГБОУ ВО Бурятская ГСХА»	
Основные характеристики промежуточной аттестации обучающихся по итогам изучения дисциплины (модуля)	
1	2
Цель промежуточной аттестации -	установление уровня достижения каждым обучающимся целей и задач обучения по данной дисциплине, изложенным в п.2.2 настоящей программы
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
Процедура получения зачёта -	представлены в оценочных материалах по данной дисциплине
Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков:	

Перечень вопросов к зачету по дисциплине (модулю)

- 1) Техника выполнения низкого старта (ОК-8)
- 2) Техника финиширования (ОК-8)
- 3) Техника выполнения силовых упражнений (ОК-8)
- 4) Техника бега на короткие дистанции: 60 – 100 м (ОК-8)
- 5) Техника бега на средние дистанции: 1000 м (ОК-8)
- 6) Техника выполнения упражнений на скорость (ОК-8)
- 7) Техника выполнения упражнений на силу (ОК-8)
- 8) Техника бега по дистанции (ОК-8)
- 9) Развитие физических качеств (ОК-8)
- 10) Техника выполнения прыжка с места толчком двумя ногами (ОК-8)
- 11) Техника выполнения упражнений на развитие специальной выносливости (ОК-8)
- 12) Техника высокого старта (ОК-8)
- 13) Техника финиширования (ОК-8)
- 15) Техника выполнения упражнений на развитие силы (ОК-8)
- 16) Техника бега по пересеченной местности (ОК-8)
- 17) Техника бега на длинные дистанции по стадиону (2000 м девушки и 3000 м юноши) (ОК-8)
- 18) Подвижные игры (ОК-8)
- 19) Техника выполнения упражнений для мышц шеи (ОК-8)
- 20) Техника выполнения упражнений для мышц плечевого пояса (ОК-8)
- 21) Техника выполнения упражнений для мышц рук (ОК-8)
- 22) Техника выполнения упражнений для мышц брюшного пресса (ОК-8)
- 23) Техника выполнения упражнений для мышц спины (ОК-8)
- 24) Техника выполнения упражнений для мышц тазобедренного сустава (ОК-8)
- 25) Техника выполнения упражнений для стоп (ОК-8)
- 26) Стойки, передвижения и их сочетания (ОК-8)
- 27) Приемы мяча (ОК-8)
- 28) Поддачи мяча (ОК-8)
- 29) Передача мяча через сетку (ОК-8)
- 30) Прием и передачи мяча в левую сторону стола (ОК-8)
- 31) Прием и передачи мяча в правую сторону стола (ОК-8)
- 32) Передачи мяча по диагонали (ОК-8)
- 33) Поддача мяча с внешней стороны ракетки (ОК-8)
- 34) Прием и передача мяча с левой стороны стола с исходного положения (ОК-8)
- 35) Прием и передача мяча с внутренней стороны ракетки в центре стола (ОК-8)
- 36) Прием и передача мяча с внешней стороны ракетки в центре стола (ОК-8)
- 37) Атакующий удар внутренней стороной ракетки с исходного положения (ОК-8)
- 38) Атакующий удар внешней стороной ракетки с исходного положения (ОК-8)
- 39) Поддачи мяча внутренней стороной ракетки (ОК-8)

- 40) Поддачи мяча внешней стороной ракетки (ОК-8)
- 41) Техника ударов по мячу ногой (ОК-8)
- 42) Игровые упражнения (ОК-8)
43. Техника выполнения упражнений на развитие силы (ОК-8)
- 44) Техника ведения мяча (ОК-8)
- 45) Техника ударов по мячу головой (ОК-8)
- 46) Учебная игра (ОК-8)
- 47) Специальные упражнения (ОК-8)
- 48) Техника остановки мяча (упражнения в парах, колоннах) (ОК-8)
- 49) Техника обманных движений (финты) (ОК-8)
- 50) Техника ударов по воротам (ОК-8)
- 51) Техника выполнения упражнений на развитие скорости (ОК-8)
- 52) Специальные упражнения (ОК-8)
- 53) Техника отбора мяча (ОК-8)
- 54) Техника выполнения упражнений на выносливость (ОК-8)
- 55) Техника вбрасывания (ОК-8)
- 56) Подвижные игры (ОК-8)

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

5.2. Критерии оценки к зачету

зачет (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 (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 (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 (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.

6. Оценочные материалы для организации текущего контроля успеваемости обучающихся

Контрольные нормативы Раздел. Легкая атлетика

Показатели	Зачтено						Не зачтено	
	Юн	Дев	Юн	Дев	Юн	Дев	Юн	Дев
Бег на 100 м	13,5	16,5	14,8	17,0	15,8	18,0	15,9	18,1
Бег на 2000м. девушки, 3000м. юноши	12,30	10,30	13,30	11,15	14,20	11,55	14,21	11,51
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	240	195	220	175	205	160	204	159
Подтягивание из виса юноши на высокой перекладине, девушки на низкой перекладине	13	20	10	15	9	10	7	5

Раздел. Атлетическая гимнастика

Показатели	Зачтено						Не зачтено	
	Юн	Дев	Юн	Дев	Юн	Дев	Юн	Дев
Рывок гири 16 кг	40	-	30	-	20	-	19	-
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	50	14	40	12	30	10	29	9
Поднимание туловища из положения лежа на спине	70	47	60	40	50	34	49	33

Раздел. Настольный теннис

1 задание – подача – начальный удар, с помощью которого мяч вводится в игру. Подброс мяча свободной рукой перед собой и выполнение удара по опускающемуся мячу так, чтобы он вначале ударился о свою половину стола, а затем перелетел через сетку на половину стола соперника, при этом игрок не должен заходить за концевую линию стола.

2 задание – накат – удар по мячу с приданием ему примерно в одинаковой степени, как верхнего вращения, так и поступательной скорости; поставка (удар с полуплета) – вариант толчка технический прием, при котором закрытая ракетка подставляется к отскочившему от стола мячу с минимальным продвижением руки вперед, используя энергию мяча, придаваемую ему соперником; топ-спин – технический прием, с помощью которого мячу придается сильное верхнее вращение; топс-удар – быстрый, завершающий топ-спин с более прямолинейной траекторией полета мяча, выполняемый с целью немедленного выигрыша очка. Боковой топ-спин, при выполнении которого мячу кроме верхнего дополнительно придается боковое вращение правое и левое; свеча – удар по мячу с приданием ему очень высокой траектории полета при небольшой поступательной скорости. Свеча может быть плоской, крученной и резаной. Крученная свеча - разновидность топ-спина с приданием мячу высокой траектории полета и сильного верхнего вращения; подрезка (аналогична срезке) – выполняется по опускающемуся мячу, когда он находится ниже уровня сетки или даже игровой поверхности стола, на значительном удалении от стола. Необходимым условием правильного выполнения подрезки является умение придать ракетке нужный угол наклона при подведении ее к мячу.

3 задание - Практическое судейство

Раздел. Футбол

Тест	зачтено			Не зачтено
Штрафной удар по воротам из 8-ми	5	4	3	2
Вбрасывание мяча из-за боковой линии на дальность (м)	16-20	11-15	5-10	4-2
Удар по мячу на дальность (м)	38-40	35-37	33-34	30-31
Практическое судейство	В совершенстве знает и умеет на практике применять судейскую жестикуляцию	В совершенстве знает жестикуляцию, немного путается в применении	знает жестикуляцию и немного путается в применении	Не знает жестикуляцию и боится свистка

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:

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

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. Эстафетный бег (передача эстафетной палочки снизу). Бег по дистанции. Эстафета 4 по 100 м. Развитие скорости.

1). Бег по дистанции с передачей эстафетной палочки 4 по 100 м.

2). Упражнения на скорость.

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.

Раздел: Атлетическая гимнастика

Тема 1. Развитие групп мышц шеи.

1). Упражнения для мышц шеи

Тема 2. Развитие групп мышц плечевого пояса.

1). Упражнения для мышц плечевого пояса.

2). Работа на тренажере.

Тема 3. Развитие групп мышц рук.

1). Упражнения для мышц рук.

2). Работа на тренажере.

Тема 4. Развитие групп мышц брюшного пресса.

1). Упражнения для мышц брюшного пресса.

2). Работа на тренажере.

Тема 5. Развитие групп мышц спины.

1). Упражнения для мышц спины.

2). Работа на тренажере.

Тема 6. Развитие групп мышц тазобедренного сустава.

1). Упражнения для мышц тазобедренного сустава.

2). Работа на тренажере.

Тема 7. Развитие групп мышц стопы.

1). Упражнения для стоп.

Раздел. Настольный теннис

Тема 1. Стойки, передвижения и их сочетания. Игровая практика в свободном исполнении (приемы мяча, подачи мяча и их передача через сетку).

1). Стойки, передвижения и их сочетания.

2). Приемы мяча.

3). Поддачи мяча.

4). Передача мяча через сетку

Тема 2. Прием и передачи мяча в левую сторону, а затем в правую сторону стола. Передачи мяча по диагонали. Подача мяча с внешней стороны ракетки.

1). Прием и передачи мяча в левую сторону стола.

2). Прием и передачи мяча в правую сторону стола.

3). Передачи мяча по диагонали.

4). Подача мяча с внешней стороны ракетки.

Тема 3. Прием и передача мяча с левой стороны стола с исходного положения. Учебная игра.

1). Прием и передача мяча с левой стороны стола с исходного положения.

2). Учебная игра.

Тема 4. Прием и передача мяча с внутренней стороны ракетки, а затем внешней в центре стола. Учебная игра.

- 1). Прием и передача мяча с внутренней стороны ракетки в центре стола.
- 2). Прием и передача мяча с внешней стороны ракетки в центре стола.
- 3). Учебная игра.

Тема 5. Атакующий удар внутренней стороной ракетки с исходного положения, а затем внешней. Учебная игра с заданием исполнения изученной техники атаки.

- 1). Атакующий удар внутренней стороной ракетки с исходного положения.
- 2). Атакующий удар внешней стороной ракетки с исходного положения.
- 3). Учебная игра с заданием исполнения изученной техники атаки.

Тема 6. Подачи мяча внутренней и внешней стороной ракетки. Прием и передачи мяча по диагонали. Учебная игра с заданием по технике для закрепления навыка.

- 1). Подачи мяча внутренней стороной ракетки.
- 2). Подачи мяча внешней стороной ракетки.
- 3). Учебная игра с заданием по технике для закрепления навыка.

Раздел. Футбол

Тема 1. Удары по мячу ногой. Игровые упражнения. Развитие силы.

- 1). Удары по мячу ногой.
- 2). Игровые упражнения.
- 3). Развитие силы.

Тема 2. Ведение мяча. Удары по мячу головой. Учебная игра.

- 1). Ведение мяча.
- 2). Удары по мячу головой.
- 3). Учебная игра.

Тема 3. Специальные упражнения. Остановка мяча (упражнения в парах, колоннах).

- 1). Специальные упражнения.
- 2). Остановка мяча (упражнения в парах, колоннах).

Тема 4. Обманные движения (финты). Удары по воротам. Развитие скорости.

- 1). Обманные движения (финты).
- 2). Удары по воротам.
- 3). Развитие скорости.

Тема 5. Специальные упражнения. Отбор мяча. Упражнения на выносливость.

- 1). Специальные упражнения.
- 2). Отбор мяча.
- 3). Координационная тренировка.
- 4). Упражнения на выносливость.

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

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

Комплект заданий для самостоятельной работы обучающихся

Задание. Самостоятельно изучить вопросы и составить конспекты по литературным источникам

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. Эстафетный бег (передача эстафетной палочки снизу). Бег по дистанции. Эстафета 4 по 100 м. Развитие скорости.

1). Техника передачи эстафетной палочки снизу.

2). Техника бега по дистанции.

3). Техника выполнения упражнений на скорость.

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.

Раздел. Атлетическая гимнастика

Тема 1. Развитие групп мышц шеи.

1). Техника выполнения упражнений для мышц шеи.

Тема 2. Развитие групп мышц плечевого пояса.

1). Техника выполнения упражнений для мышц плечевого пояса.

Тема 3. Развитие групп мышц рук.

1). Техника выполнения упражнений для мышц рук.

Тема 4. Развитие групп мышц брюшного пресса.

1). Техника выполнения упражнений для мышц брюшного пресса.

Тема 5..Развитие групп мышц спины.

1). Техника выполнения упражнений для мышц спины.

Тема 6. Развитие групп мышц тазобедренного сустава.

1). Техника выполнения упражнений для мышц тазобедренного сустава.

Тема 7. Развитие групп мышц стопы.

1). Техника выполнения упражнений для стоп.

Раздел: Настольный теннис

Тема 1. Стойки, передвижения и их сочетания. Игровая практика в свободном исполнении (приемы мяча, подачи мяча и их передача через сетку).

1). Стойки, передвижения и их сочетания.

2). Приемы мяча.

3). Поддачи мяча.

4). Передача мяча через сетку

Тема 2. Прием и передачи мяча в левую сторону, а затем в правую сторону стола. Передачи мяча по диагонали. Подача мяча с внешней стороны ракетки.

1). Прием и передачи мяча в левую сторону стола.

2). Прием и передачи мяча в правую сторону стола.

3). Передачи мяча по диагонали.

4). Подача мяча с внешней стороны ракетки.

Тема 3. Прием и передача мяча с левой стороны стола с исходного положения. Учебная игра.

1). Прием и передача мяча с левой стороны стола с исходного положения.

Тема 4. Прием и передача мяча с внутренней стороны ракетки, а затем внешней в центре стола. Учебная игра.

1). Прием и передача мяча с внутренней стороны ракетки в центре стола.

2). Прием и передача мяча с внешней стороны ракетки в центре стола.

Тема 5. Атакующий удар внутренней стороной ракетки с исходного положения, а затем внешней. Учебная игра с заданием исполнения изученной техники атаки.

1). Атакующий удар внутренней стороной ракетки с исходного положения.

2). Атакующий удар внешней стороной ракетки с исходного положения.

Тема 6. Поддачи мяча внутренней и внешней стороной ракетки. Прием и передачи мяча по диагонали. Учебная игра с заданием по технике для закрепления навыка.

1). Поддачи мяча внутренней стороной ракетки.

2). Поддачи мяча внешней стороной ракетки.

Раздел: Футбол

Тема 1. Удары по мячу ногой. Игровые упражнения. Развитие силы.

1). Техника ударов по мячу ногой.

2). Игровые упражнения.

3). Техника выполнения упражнений на развитие силы.

Тема 2. Ведение мяча. Удары по мячу головой. Учебная игра.

1). Техника ведения мяча.

2). Техника ударов по мячу головой.

3). Учебная игра.

Тема 3. Специальные упражнения. Остановка мяча (упражнения в парах, колоннах).

1). Специальные упражнения.

2). Техника остановки мяча (упражнения в парах, колоннах).

Тема 4. Обманные движения (финты). Удары по воротам. Развитие скорости.

1). Техника обманных движений (финты).

2). Техника ударов по воротам.

3). Техника выполнения упражнений на развитие скорости.

Тема 5. Специальные упражнения. Отбор мяча. Упражнения на выносливость.

1). Специальные упражнения.

2). Техника отбора мяча.

3). Техника выполнения упражнений на выносливость.

Тема 6. Вбрасывание. Подвижные игры.

1). Техника вбрасывания.

2). Подвижные игры.

Критерии оценивания:

- полнота раскрытия самостоятельно изучаемых вопросов;

- правильность формулировки и использования понятий и категорий.

Шкала оценивания

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