

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Цыбиков Бадикто Баторович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 01.10.2024 11:08:19  
Уникальный программный ключ:  
056af948c3e48c6f3c571e429957a8ae7b757ae8

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

**Технологический факультет**

**СОГЛАСОВАНО**

Заведующий  
выпускающей кафедрой  
Разведение и кормление  
сельскохозяйственных  
животных

\_\_\_\_\_  
уч. ст., уч. зв. -

\_\_\_\_\_  
ФИО

\_\_\_\_\_  
подпись

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Декан технологического  
факультета

\_\_\_\_\_  
уч. ст., уч. зв.

\_\_\_\_\_  
ФИО

\_\_\_\_\_  
подпись

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

**дисциплины (модуля)**

**Б1.В.02.01 Базовая физическая культура  
Направление подготовки 36.03.02 Зоотехния**

**Направленность (профиль)  
Непродуктивное животноводство (Кинология)  
бакалавр**

Обеспечивающая преподавание дисциплины кафедра  
Физическое воспитание

Разработчик (и)

\_\_\_\_\_  
подпись

\_\_\_\_\_  
уч.ст., уч. зв.

\_\_\_\_\_  
И.О.Фамилия

Внутренние эксперты:  
Председатель методической  
комиссии Технологического  
факультета

\_\_\_\_\_  
подпись

\_\_\_\_\_  
уч.ст., уч. зв.

\_\_\_\_\_  
И.О.Фамилия

Заведующий методическим  
кабинетом УМУ

\_\_\_\_\_  
подпись

\_\_\_\_\_  
И.О.Фамилия

**Улан – Удэ, 2024**

## 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 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).

**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
<b>Общекультурные компетенции</b>				
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни.	Уметь поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.	Владеть методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни.

**2. РЕЕСТР  
элементов оценочных материалов по дисциплине (модулю)**

Группа оценочных средств	Оценочное средство или его элемент
	Наименование
1	2
<b>1. Средства для промежуточной аттестации по итогам изучения дисциплины</b>	Перечень вопросов к зачету по дисциплине (модулю) Критерии оценки к зачету
<b>2. Средства для индивидуализации выполнения, контроля фиксированных видов (ВАРО)</b>	Не предусмотрены учебным планом
<b>3. Средства для текущего контроля</b>	Контрольные нормативы Критерии оценивания Шкала оценивания
	Комплект заданий для практических работ Критерии оценивания Шкала оценивания
	Комплект заданий для самостоятельной работы обучающихся 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				
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД-1 <sub>УК-7</sub> ИД-2 <sub>УК-7</sub> ИД-3 <sub>УК-7</sub>	Полнота знаний	Знает и понимает закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни.	Не знает и не понимает закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни.	плохо знает и понимает закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни.	знает и понимает закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни, однако допускает некоторые неточности	в полной мере знает и понимает закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни.	Перечень вопросов к зачету  Контрольные нормативы  Комплект заданий для практических работ  Комплект заданий для самостоятельной работы обучающихся

		Наличие умений	Умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузку; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.	не умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.	умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма, но не может аргументировано обосновать	умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма, но допускает ошибки	умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.	
		Наличие навыков (владение опытом)	Владеет навыками методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни	не владеет навыками методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни	владеет некоторыми навыками методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни	владеет навыками методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни, но допускает ошибки	владеет навыками методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни	

**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**

<b>Нормативная база</b> проведения промежуточной аттестации обучающихся по результатам изучения дисциплины: Б1.В.02.01 Базовая физическая культура	
1) действующее «Положение о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся ФГБОУ ВО Бурятская ГСХА»	
<b>Основные характеристики промежуточной аттестации обучающихся по итогам изучения дисциплины (модуля)</b>	
1	2
<b>Цель промежуточной аттестации -</b>	установление уровня достижения каждым обучающимся целей и задач обучения по данной дисциплине, изложенным в п.2.2 настоящей программы
<b>Форма промежуточной аттестации -</b>	зачёт
<b>Место процедуры получения зачёта в графике учебного процесса</b>	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
<b>Основные условия получения обучающимся зачёта:</b>	1) обучающийся выполнил все виды учебной работы (включая самостоятельную) и отчитался об их выполнении в сроки, установленные графиком учебного процесса по дисциплине
<b>Процедура получения зачёта -</b>	представлены в оценочных материалах по данной дисциплине
<b>Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков:</b>	

**Перечень вопросов к зачету по дисциплине (модулю)**  
**УК-7**

**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 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: 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.

### 3. Раздел: Волейбол

Тема 1. Стойки и перемещения, и их сочетания (бег, скачок, остановка)

- 1). Стойки и перемещения, и их сочетания.
- 2). Техника бега.
- 3). Техника скачка.
- 4). Техника остановки.

Тема 2. Передачи мяча сверху и снизу. Упражнения в парах, через сетку. Развитие силы.

- 1). Техника передачи мяча сверху.
- 2). Техника передачи мяча снизу.
- 3). Техника упражнений в парах, через сетку.
- 4). Техника выполнения упражнений на развитие силы.

Тема 3. Техника верхней прямой подачи. Упражнения в расстановке. Учебная игра 3 партии.

- 1). Техника верхней прямой подачи.
- 2). Техника упражнений в расстановке.
- 3). Учебная игра 3 партии.

Тема 4. Техника блокирования. Страховка. Учебная игра с заданием по технике.

- 1). Техника блока.
- 2). Техника страховки.
- 3). Учебная игра с заданием по технике.

Тема 5. Техника нападающих ударов по ходу, с переводом с высоких и средних передач. Учебная игра 3 партии.

- 1). Техника нападающих ударов по ходу с высоких и средних передач.
- 2). Техника нападающих ударов с переводом с высоких и средних передач.
- 3). Учебная игра 3 партии.

Тема 6. Тактика игры в защите и нападении. Упражнения на тренажерах.

- 1). Тактика игры в защите.
- 2). Тактика игры в нападении.
- 3). Техника выполнения упражнений на тренажерах.

### 4. 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.



**5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и 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**

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

**Контрольные нормативы**

Раздел: Легкая атлетика

	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, девушки на низкой перекладине	13	20	10	15	9	10	7	5

**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.

**Раздел: Атлетическая гимнастика**

	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

**Критерии оценивания:**

- Техника выполнения: хват, работа рук, ног, туловища координация движений
- Техника выполнения: работа рук, положение ног, туловища, координация движений
- Техника выполнения: положение рук, ног, туловища, координация движений

**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.

**Раздел: Волейбол**

Тест	зачтено			Не зачтено
Передачи мяча двумя руками сверху над собой (кол-во раз)	12	10	8	6
Передачи мяча двумя руками снизу над собой (кол-во раз)	12	10	8	6
Верхняя прямая подача (кол-во раз)	5	4	3	2
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, координация движений, результативное выполнение элементов техники.
- Техника выполнения: работа рук, координация движений, результативное выполнение технико-тактических приемов.
- Знание правил соревнования и умение самостоятельно вести счет.

**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.

#### 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, координация движений, результативное выполнение элементов техники.
- Техника выполнения: работа рук, координация движений, результативное выполнение технико-тактических приемов.
- Знание правил соревнования и умение самостоятельно вести счет.

#### 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. 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:

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

#### 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.

#### 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

Раздел: Волейбол

Тема 1. Стойки и перемещения, и их сочетания (бег, скачок, остановка)

- 1). Стойки и перемещения, и их сочетания.
- 2). Техника бега.
- 3). Техника скачка.
- 4). Техника остановки.

Тема 2. Передачи мяча сверху и снизу. Упражнения в парах, через сетку. Развитие силы.

- 1). Техника передачи мяча сверху.
- 2). Техника передачи мяча снизу.
- 3). Техника упражнений в парах, через сетку.
- 4). Техника выполнения упражнений на развитие силы.

Тема 3. Техника верхней прямой подачи. Упражнения в расстановке. Учебная игра 3 партии.

- 1). Техника верхней прямой подачи.
- 2). Техника упражнений в расстановке.
- 3). Учебная игра 3 партии.

Тема 4. Техника блокирования. Страховка. Учебная игра с заданием по технике.

- 1). Техника блока.
- 2). Техника страховки.
- 3). Учебная игра с заданием по технике.

Тема 5. Техника нападающих ударов по ходу, с переводом с высоких и средних передач. Учебная игра 3 партии.

- 1). Техника нападающих ударов по ходу с высоких и средних передач.
- 2). Техника нападающих ударов с переводом с высоких и средних передач.
- 3). Учебная игра 3 партии.

Тема 6. Тактика игры в защите и нападении. Упражнения на тренажерах.

- 1). Тактика игры в защите.
- 2). Тактика игры в нападении.
- 3). Техника выполнения упражнений на тренажерах.

**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	Выполнены все задания практической работы с замечаниями;

«удовлетворительно»	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

#### 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 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:**

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

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.

**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

#### Раздел: Волейбол

Тема 1. Стойки и перемещения, и их сочетания (бег, скачок, остановка)

- 1). Стойки и перемещения, и их сочетания.
- 2). Техника бега.
- 3). Техника скачка.
- 4). Техника остановки.

Тема 2. Передачи мяча сверху и снизу. Упражнения в парах, через сетку. Развитие силы.

- 1). Техника передачи мяча сверху.
- 2). Техника передачи мяча снизу.
- 3). Техника упражнений в парах, через сетку.
- 4). Техника выполнения упражнений на развитие силы.

Тема 3. Техника верхней прямой подачи. Упражнения в расстановке. Учебная игра 3 партии.

- 1). Техника верхней прямой подачи.
- 2). Техника упражнений в расстановке.
- 3). Учебная игра 3 партии.

Тема 4. Техника блокирования. Страховка. Учебная игра с заданием по технике.

- 1). Техника блока.
- 2). Техника страховки.
- 3). Учебная игра с заданием по технике.

Тема 5. Техника нападающих ударов по ходу, с переводом с высоких и средних передач. Учебная игра 3 партии.

- 1). Техника нападающих ударов по ходу с высоких и средних передач.
- 2). Техника нападающих ударов с переводом с высоких и средних передач.
- 3). Учебная игра 3 партии.

Тема 6. Тактика игры в защите и нападении. Упражнения на тренажерах.

- 1). Тактика игры в защите.
- 2). Тактика игры в нападении.
- 3). Техника выполнения упражнений на тренажерах.

#### 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

#### 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