**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**

**Орский гуманитарно-технологический институт (филиал)**

**федерального государственного бюджетного образовательного учреждения**

**высшего образования «Оренбургский государственный университет»**

**(Орский гуманитарно-технологический институт (филиал) ОГУ)**

Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры (ОГТИ)

**Фонд**

**оценочных средств**

по дисциплине *«Общая физическая подготовка»*

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

*40.03.01 Юриспруденция*

 (код и наименование направления подготовки)

*Гражданско-правовой*

 (наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

*Бакалавр*

Форма обучения

*Очная, очно-заочная*

г. Орск 2021



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

| Формируемые компетенции | Код и наименование индикатора достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций | Виды оценочных средств/шифр раздела в данном документе |
| --- | --- | --- | --- |
| **УК-7:**Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7-В-1 Соблюдает нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личностиУК-7-В-2 Выбирает рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервноэмоционального утомления на рабочем месте | **Знать:** УК-7-В-1:- требования безопасности при проведении занятий по общей физической подготовке; - обоснование оздоровительного значения общей физической подготовки и его важное место в общечеловеческой культуре. УК-7-В-2: - теоретико-методические основы физической культуры и рациональные способы профилактики утомления на рабочем месте.  | **Блок A –** задания репродуктивного уровняУстное собеседование(индивидуальный опрос) |
| **Уметь:** УК-7-В-1 - выполнять основные двигательные действия и технические приемы общей физической подготовки для поддержания должного уровня физической подготовленности к профессиональной деятельности личности. УК-7-В-2 -определять и оценивать основные способы влияния физической нагрузки на организм; -применять знания, умения и навыки для организации самостоятельных занятий по физической культуре и общей физической подготовки с целью профилактики профессиональных заболеваний и утомления на рабочем месте. | **Блок B –** задания реконструктивного уровняПрактический(сдача контрольных нормативов) |
| **Владеть:** УК-7-В-1 - основными методами оценки уровня физической подготовленности для обеспечения профессиональной деятельности; - средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. УК-7-В-2. - основами саморегулирования состояния здоровья для профилактики психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте | **Блок C –** задания практико-ориентированного и/или исследовательского уровняПодготовкарефератов |

**Раздел 2. Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки планируемых результатов обучения по дисциплине (оценочные средства). Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания**

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

**А.0 Задания для текущей аттестации и рубежного контроля**

1. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный

1) на формирование правильной осанки;

2) на гармоничное развитие человека;

**3) на всестороннее и гармоничное физическое развитие.**

2. Основными признаками физического развития являются

**1) антропометрические показатели;**

2) социальные особенности человека;

3) особенности интенсивности работы.

3.Какое из перечисленных определений не относится к основным физическим (двигательным) качествам человека?

1) сила;

2) быстрота;

3) **стройность;**

4) выносливость;

5) ловкость;

6). гибкость.

4. Оценивают уровень ОФП по следующим показателям: **1) быстрота, выносливость, силовая подготовленность;**

**2)** быстрота, ловкость, гибкость;

3) сила, быстрота, стройность.

5.Выносливость – это 1) способность совершать двигательное действие в минимальный отрезок времени;

**2)** преодолевать внешнее сопротивление;

**3) способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения эффективности.**

6.Быстрота – это

1) **способность совершать двигательное действие в минимальный отрезок времени;** 2) способность преодолевать внешнее сопротивление;

3) способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения эффективности.

7.Гибкость - это

1) способность преодолевать внешнее сопротивление; 2) способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения эффективности;

3) **способность выполнять движение с большой амплитудой.**

8. Сила – это

1) способность человека проявлять мышечные усилия различной величины в возможно короткое время;

2)**способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий;**

3) способность поднимать тяжелые предметы.

9. Под физическим качеством «ловкость» понимают

1)способность точно дозировать величину мышечных усилий; 2)**способность быстро овладевать новыми движениями и перестраивать двигательную деятельность;**

3) освоить действие и сохранить равновесие.

10. Средства развития быстроты

1)многократно повторяемые с максимальной скоростью упражнения;

2)**бег на короткие дистанции;**

3) подвижные игры

11.Бег на длинные дистанции развивает

1) ловкость;

2)быстроту;

3) **выносливость.**

12. Какое двигательное действие следует выбрать при оценке уровня силовых возможностей?

1)прыжки со скакалкой;

2) **подтягивание в висе;**

3) длительный бег до 25-30 мин.

13.При помощи каких физических упражнений наиболее эффективно формируется физическое качество ловкость?

1)**посредством спортивных и подвижных игр;** 2) посредством длительной равномерной работы средней интенсивности;

3)посредством упражнений высокой интенсивности.

14. Выносливость человека не зависит от

1) **прочности звеньев опорно-двигательного аппарата;**

2) силы мышц;

3) возможностей систем дыхания и кровообращения.

15. Какой вид спорта обеспечивает наибольший прирост в силе?

1)бокс;

2) керлинг;

3) **тяжелая атлетика.**

16.Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект развития гибкости1) бокс;

2)**гимнастика;**

3) армрестлинг.

17.Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект развития скоростных способностей

1) **спринтерский бег;**

2) стайерский бег;

3) тяжелая атлетика.

18. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются

1) общеразвивающими;

2) собственно-силовыми;

3) **скоростно-силовыми.**

19. Какой вид спорта наиболее эффективно развивает гибкость и координацию движений? 1) фехтование;

2) баскетбол;

3) **художественная гимнастика.**

20. Какое влияние оказывают физические упражнения на развитие телосложения человека? 1) укрепляют здоровье;

2) повышают работоспособность;

3) **формируют мускулатуру.**

 21. Физическое воспитание — это

1) составная часть физической культуры исторически сложившейся в форме соревнователь ной деятельности и специально практики подготовки человека к соревнованиям;

2) процесс физического образование и воспитания, выражающий высокую степень физической подготовленности к жизни, труду и защите Родины;

3) В. часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств;

**4) педагогически организованный процесс развития физических качеств, обучения двигательным действиям и формирования специальных знаний.**

22. Физическое воспитание включает в себя

1) подготовка спортсменов к высшим достижениям;

2) **процесс формирования двигательных умений и навыков;**

3) **воспитание физических качеств;**

**4) процесс передачи специальных физкультурных знаний.**

23. Физическое воспитание направленно на

1) **укрепление здоровья;**

2)  **формирование социально активного человека;**

3) адаптацию организма;

**4) повышение работоспособности.**

24. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

1) развитие интеллекта;

2) **соревновательная деятельность;**

3) развитие морфологических характеристик;

4) функциональные нагрузки.

25. Физическая подготовка — это

1)  **процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями;**

2) отдельные стороны двигательных возможностей человека;

3) комплекс морфо-функциональных свойств организма;

4) процесс соревновательной деятельности.

26. Физическое совершенство — это

1) педагогический процесс, направленных на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств;

2) отдельные стороны двигательных возможностей человека;

**3) процесс физического образование и воспитания, выражающий высокую степень физической подготовленности к жизни, труду и защите Родины;**

4) педагогический процесс; специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека.

27. Физическое развитие — это

1) определенные стороны двигательных возможностей человека;

2) **комплекс морфо-функциональных возможностей человека;**

3) педагогические процесс, направленный на формирование физически совершенного человека;

4) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма.

28. В концепцию здоровья не входит здоровье

1) психическое;

2) **тактическое;**

3) соматическое (физическое).

29. Техника физических упражнений — это

1) способ применения двигательных действий;

2) отдельные стороны двигательных способностей человека;

3) сбалансированная динамика физической нагрузки;

**4) наиболее эффективный способ выполнения двигательной задачи**

30. Методы физического воспитания — это

1) морфофункциональные способности спортсмена;

2) **способы применения физических упражнений;**

3) способности выполнения максимальных усилий;

4) техники выполнения максимальных усилий.

**А.1 Примерные вопросы для устного собеседования**

1. **Методы физического воспитания.**

*Наглядные, словесные и практические.*

1. **Цели и средства общей физической подготовки.**

***Цель общей физической подготовки****– достижение высокого уровня общей работоспособности занимающихся.**Средствами ОФП являются разнообразные физические упражнения – ходьба, бег, передвижения на лыжах, плавание, гребля, подвижные и спортивные игры и т.д.*

1. **Принципы спортивной тренировки.**

***К принципам относятся****:*

*- направленность к высшим достижениям, углубленная специализация;*

*- непрерывность тренировочного процесса;*

*- единство постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам;*

*- волнообразность и вариативность нагрузок;*

*- цикличность тренировочного процесса;*

*- единство и взаимосвязь структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности.*

**4. Периодизация тренировочного процесса.**

*Подготовительный, соревновательный, переходный.*

1. **Структура урока.**

*Подготовительная, основная и заключительная часть.*

**6. Принципы физического воспитания.**

*Принцип активности, принцип систематичности и последовательности, принципа постепенности, принцип наглядности, принцип доступности и индивидуализации .*

**7. Фазы формирования спортивной формы.**

*Приобретения, сохранения и временная утрата.*

**8. Виды тренировочного процесса.**

*Физическая подготовка, специальная физическая подготовка, техническая подготовка, тактическая подготовка, теоретическая и психологическая подготовка.*

**9. Методы развития силы.**

*Метод максимальных усилий, повторных, динамических, ударный метод, круговой ме- тод, игровой и соревновательный метод.*

**10. Формы проявления скоростных качеств.**

*Скорость двигательной реакции, скорость одиночного движения, частота движения, способность быстро переключаться с одних действий на другие.*

**Рекомендации по оцениванию устных ответов студентов:**

С целью контроля и подготовки студентов к изучению новой темы вначале каждой практического занятия преподавателем проводится индивидуальный или фронтальный устный опрос по выполненным заданиям предыдущей темы.

Критерии оценки:

– 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);

– рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи (учитывается умение использовать наиболее прогрессивные и эффективные способы достижения цели);

– своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе (учитывается грамотно и с пользой применять наглядность и демонстрационный опыт при устном ответе);

– использование дополнительного материала (обязательное условие);

– рациональность использования времени, отведенного на задание (не одобряется затянутость выполнения задания, устного ответа во времени, с учетом индивидуальных особенностей студентов).

**Оценка «отлично»** ставится, если студент: 1) полно и аргументировано отвечает по содержанию вопроса; 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; 3) излагает материал последовательно и правильно.

**Оценка «хорошо»** ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет.

**Оценка «удовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данного вопроса, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.

**Оценка «неудовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает незнание ответа на соответствующий вопрос, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

**Блок B****Оценочные средства для диагностирования сформированности уровня компетенций «уметь»**

**В 1. Типовые задания**

1. Подбор и составление комплекса физических упражнений (ФУ) для развития силы и быстроты.
2. Подбор и составление комплекса физических упражнений для развития выносливости, ловкости, гибкости.
3. Подбор и составление комплекса методов для развития физических качеств.

**Тесты, определяющие уровень физической подготовленности студентов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Характеристика****направленности****тестов** | **Девушки** | **Юноши** |
| **Баллы** |
| **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| Тест на скоростно-силовую выносливость:**Бег – 100м** (сек.) | 15,7 | 16,0 | 17,0 | 17,9 | 18,7 | 13,2 | 13.8 | 14,0 | 14,3 | 14,6 |
| Тест на силовую подготовку: **Поднимание** **туловища** из положения «лежа на спине», руки за голову, ноги закреплены (кол. раз) | 60 | 50 | 40 | 30 | 20 |  |  |  |  |  |
| **Подтягивание на перекладине**(кол-во раз), вес до85кг.Более 85кг. |  |  |  |  |  | 1512 | 129 | 96 | 73 | 51 |
| **Подтягивание в****висе лежа** (перекладина навысоте 90см.),(кол-во раз) | 20 | 16 | 10 | 6 | 4 |  |  |  |  |  |
| **Сгибание и разгибание рук** в упорена брусьях; на скамейке (кол-во раз) | 15 | 12 | 9 | 6 | 4 | 15 | 12 | 9 | 7 | 5 |
| **Поднимание в****висе ног** до касания перекладины(кол-во раз) |  |  |  |  |  | 15 | 12 | 9 | 7 | 4 |
| Тест на прыгучесть**Прыжки в длину с****места** (см). | 190 | 180 | 170 | 160 | 150 | 210 | 200 | 190 | 180 | 170 |
| Тест на общую выносливость:**Бег2000м** (мин/с.)Вес до 70кгболее 70кг. | 10,1510,35 | 10,5011,20 | 11,1511,35 | 11,5012,40 | 12,1013,15 |  |  |  |  |  |
| Тест на общую выносливость:**Бег3000м** (мин/с.)Вес до 85кгболее 85кг. |  |  |  |  |  | 12,0012,30 | 12,3513,10 | 13,1013,50 | 13,5014,40 | 14,3015,30 |

**В.2 Контрольные упражнения для оценки физической подготовленности**

 **студентов специальной медицинской группы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Упражнения | Пол  | Оценки в баллах  |
| 1 | Сгибание и выпрямлениерук в упоре гимнастической скамейке (количество раз) | жм | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1525 | 1420 | 1318 | 1215 | 1012 |
| 2 | Поднимание туловища в сед из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены | ж м  | 2530 | 2028 | 1525 | 1022 | 520 |
| 3 | Прыжки в длину с места (см) | ж м | 180 230 | 170 220 | 160 210 | 150 200 | 145 190 |
| 4 | Бег в чередовании с ходьбой | жм | 2 км без учёта времени3 км без учёта времени |
| 5 | Бег в чередовании с ходьбой на лыжах. | ж м  | 2 км без учета времени 3 км без учёта времени |
| 6 | Упражнения с мячом (баскетбол, волейбол) |  ж м  | Продемонстриро­вать технику выполнения элементов с качественным ре­зультатом |
| 7 | Упражнение на гибкость (наклон вперед с опусканием рук ниже уровня скамейки) | жм | 1612 | 1410 | 128 | 106 | 84 |
| 8 | Плавание | мж | 10 минут без учёта времени |

**Блок C - Задания творческого уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения**

**С.1 Примерные темы рефератов**

1. Цели и задачи общей и специальной ФП
2. Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и профессиональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.
3. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями
4. Методика воспитания силы и ловкости
5. Развитие координационных способностей и методика воспитания выносливости.
6. Методика воспитания скоростных качеств и гибкости.
7. Средства, методы и упражнения для воспитания силы.
8. Двигательная активность и физическое развитие человека.
9. Методика составления индивидуальных и тренировочных программ по виду физической активности.
10. Профилактика травматизма на занятиях ОФП.
11. Методика тестирования физических качеств
12. Физиологические характеристики различных видов спорта.
13. Средства физической культуры в повышении работоспособности.
14. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе физического воспитания.
15. Спортивный травматизм (причины и профилактика).
16. Методические принципы и методы физического воспитания.
17. Восстановительные мероприятия в процессе занятий спортом.
18. Общая физическая и спортивная подготовка (техническая, тактическая и психическая).
19. Организация и проведения физкультурно-спортивных мероприятий.
20. Соотношение объема и интенсивности в процессе учебно-тренировочных занятий
21. Методика самооценки работоспособности, усталости, утомления и переутомления.
22. Гигиенические требования при проведении занятий по ОФП.
23. Физическая культура в профилактике и лечении профессиональных заболеваний.
24. Современные оздоровительные системы физических упражнений.
25. Организация и методика обучения игре в настольный теннис.
26. Организация и методика проведения соревнований по настольному теннису.
27. Организация и методика обучения подвижным играм.
28. Специальная физическая и психологическая подготовка теннисиста. Ее цели и задачи.
29. Организация и методика обучения игре в волейбол.
30. Организация и методика проведения соревнований по волейболу.
31. Правила предупреждения травматизма при занятиях подвижными играми.
32. Специальная физическая и психологическая подготовка волейболиста. Ее цели и задачи.
33. Организация и методика обучения игре в футбол.
34. Организация и методика проведения соревнований по футболу.
35. Специальная физическая и психологическая подготовка футболиста. Ее цели и задачи.
36. Правила футбола и судейство.
37. Психологическая подготовка футболистов к соревнованиям
38. Специальная физическая и психологическая подготовка баскетболиста. Ее цели и задачи.
39. Правила баскетбола и судейство.
40. Психологическая подготовка баскетболистов к соревнованиям
41. Развитие баскетбола в России.
42. Современные правила игры в баскетбол.
43. Техническая подготовка и тактические действия баскетболиста.

Обучаемый должен уметь творчески использовать приобретенные знания, самостоятельно делать обобщения, совершенствовать навыки литературного изложения своих мыслей с использованием общенаучной и государственно-правовой терминологии, применять их на практике для разрешения той или иной жизненной ситуации.

Работа должна отвечать следующим обязательным требованиям: самостоятельность исследования; анализ учебной, учебно-методической, научной, нормативной литературы по теме исследования; связь предмета исследования с актуальными проблемами современной юридической науки; наличие у автора собственных суждений по проблемным вопросам темы; логичность изложения, убедительность представленного фактологического материала, аргументированность выводов и обобщений; научно-практическая значимость работы.

Работа представляет собой самостоятельное законченное исследование на выбранную тему, написанное лично студентом под руководством преподавателя, свидетельствующее о формировании общекультурных и профессиональных компетенций, позволяющих студенту решать профессиональные задачи.

В ходе написания работы студенту необходимо использовать учебную литературу, периодические издания, нормативно-справочный материал.

Структурными элементами работы являются:

– титульный лист;

– задание кафедры;

– отзыв научного руководителя;

– аннотация;

– содержание;

– введение;

– основная часть;

– заключение;

– список использованных источников;

– приложения (при необходимости).

Все перечисленные элементы, кроме приложений, являются обязательными. При отсутствии в структуре работы любого из обязательных элементов она не принимается к рассмотрению.

Оценка **«отлично»** ставится, если выполнены все требования к написанию и защите работы: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка **«хорошо»** – основные требования к работе и ее защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём работы; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка **«удовлетворительно»** – имеются существенные отступления от требований к работе. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании работы или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты студент затрудняется с формулировкой выводов.

Оценка **«неудовлетворительно»** – тема к работы не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы или работа обучающимся не представлена

**Блок D – Состав билета для промежуточной аттестации, проводимой в форме экзамена (зачета)**

**Орский гуманитарно-технологический институт (филиал)**

**федерального государственного бюджетного образовательного учреждения**

**высшего образования «Оренбургский государственный университет»**

Факультет \_\_\_\_экономический\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Кафедра \_\_\_\_\_\_\_менеджмента\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Направление подготовки \_\_\_\_\_ Юриспруденция\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Профиль \_\_\_\_\_\_\_ Гражданско-правовой \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дисциплина:Общая физическая подготовка

**Билет № \_\_\_**

1. Характеристика показателей физической нагрузки

Составитель Подпись В.О. Морозов

Заведующий кафедрой Подпись И.В. Зенченко

МП

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

В билет включен один теоретический вопрос. Зачет проводится в устной форме. На подготовку к ответу студенту отводится 20 минут. Оценивание ответа проводится по критериям, изложенным ниже.

**Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания**

| *4-балльная**шкала* | *Отлично* | *Хорошо* | *Удовлетворительно* | *Неудовлетворительно* |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *100 балльная шала* | *85-100* | *70-84* | *50-69* | *0-49* |
| *Бинарная шкала* | *Зачтено* | *Не зачтено* |

**Оценивание для устного собеседования**

| 4-балльная шкала | Показатели | Критерии |
| --- | --- | --- |
| Отлично | 1. Полнота ответа2. Своевременность ответа.3. Правильность ответов на вопросы.4. Самостоятельность.5. Грамотность. | Ответ дан полный, развернутый. |
| Хорошо | Ответ дан полный, развернутый; однако были допущены неточности в определении понятий, терминов и др. |
| Удовлетворительно | Ответ дан неполный, в ответе не присутствуют доказательные примеры. |
| Неудовлетворительно  | Ответ отсутствует или неполный, допущены существенные ошибки в теоретическом материале (терминах, понятиях). |

**Оценивание выполнения индивидуальных творческих заданий, рефератов, докладов**

| 4-балльная шкала | Показатели | Критерии |
| --- | --- | --- |
| Отлично | 1. Степень раскрытия темы.2. Своевременность выполнения задания.3. Глубина анализа источников литературы.4. Аргументированность выводов.5. Самостоятельность выполнения.6. Правильность оформления.7. Культура речи. | Полностью раскрыта заявленная тема, материал излагается свободно, выдержаны структура и объем реферата, студент демонстрирует способность анализировать материал, делать выводы, отвечать на вопросы по теме реферата. |
| Хорошо | Достаточно полно раскрыта заявленная тема, материал излагается свободно, но при этом имеются неточности в изложении материала или не выдержан объем и структура реферата, имеются трудности при ответе на дополнительные вопросы. |
| Удовлетворительно | Заявленная тема раскрыта недостаточно полно, студент затрудняется излагать материал без опоры на конспект, имеются неточности в представленном материале, не выдержан объем и структура реферата, студент не может ответить на дополнительные вопросы. |
| Неудовлетворительно  | Заявленная тема не раскрыта, студент не может излагать материал без опоры на конспект, имеются существенные ошибки в представленном материале, не выдержан объем и структура реферата, студент не может ответить на дополнительные вопросы, что демонстрирует отсутствие понимания материала контролируемого раздела. |

**Оценивание ответа на зачете**

|  Бинарная шкала | Показатели | Критерии |
| --- | --- | --- |
| Зачтено | 1. Полнота изложения теоретического материала;2. Правильность и/или аргументированность изложения (последовательность действий);3. Самостоятельность ответа;4. Культура речи. | Студент освоил материал всех тем и разделов, предусмотренных рабочей программой дисциплины, овладел необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, грамотно и последовательно излагает материал, способен аргументировано ответить на вопросы . |
| Не зачтено | Студент не знает отдельных тем и разделов, предусмотренных рабочей программой дисциплины, непоследователен в изложении материала, не способен ответить на вопросы по билету. |

Особенности аттестации студентов проходит в разной форме, исходя из уровня физической подготовленности и состояния здоровья.

Для практических занятий физической культурой в соответствии с состоянием здоровья и уровнем физической подготовленности студенты распределяются в основные и специально- медицинские группы и группы студентов, полностью освобожденных от занятий физической культурой. Студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья (на основании медицинских документов) переходят в специальную медицинскую группу, занимаются по индивидуальным заданиям преподавателя. Сдают отчет по освоению и использованию собственной оздоровительной программе, освобождаются от выполнения контрольных нормативов, запрещенных в соответствии с отклонениями в состоянии здоровья.

Студенты, полностью освобожденные от занятий физической культурой по состоянию здоровья, занимаются по индивидуальной программе, самостоятельно составляют комплексы упражнений различной направленности с учетом отклонений в здоровье. Под руководством преподавателя определяют тесты индивидуального уровня физической подготовленности, самостоятельно ведут дневник самоконтроля, по которому ежемесячно отчитываются. Студенты, освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья, в начале каждого семестра получают темы для выполнения рефератов. В конце каждого семестра проводится устный опрос по выполненному реферату.

В качестве критериев результативности учебных занятий выступают требования и показатели, основанные на использовании двигательной активности не ниже определенного минимума. В соответствии с положением о текущем, рубежном контроле успеваемости и промежуточной аттестации от 06.06. 17г. № 35-Д, для получения зачета студент обязан получить 70% посещаемости учебных часов. Учитывается регулярность посещения обязательных занятий, выполнение обязательных тестов, разработанных на кафедре физического воспитания, заданий по учебно-методической практике и профессионально-прикладной физической подготовке с учетом специфики подготовки бакалавров и специалистов.

Итоговый контроль (зачет) это результат сформированности физической культуры студента через комплексную проверку теоретических знаний, методических и практических умений, совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции; воспитание скоростной и специальной выносливости. характеристику общей физической, спортивно-технической подготовленности студента, его психофизической готовности к профессиональной деятельности.

Выполнение обучающимися нормативов «ГТО» в текущем семестре засчитывается в качестве промежуточной аттестации по дисциплине.

**Рекомендации к компонентному составу оценочных материалов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формы контроля | Виды контроля  | Состав оценочных материалов |
| Для обучающегося | Для экзаменатора |
| Промежуточная аттестация – итоговый контроль по дисциплине | зачет | Вопросы к зачету для устного собеседования. | Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.Критерии оценивания:- полнота и правильность ответа;- степень осознанности, понимания изученного. |
| Текущий контроль- контроль самостоятельной работы студентов | Сдача контрольных нормативов (тестов) | Перечень контрольных нормативов | Бланк тестов (нормативов), определяющие уровень физической подготовленности студентов |
| Письменная работа: реферат | Темы для рефератов | Критерии оценок: - соответствие содержания теме и плану реферата; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;- умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы;- привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.); - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы |