

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Шебзухова Татьяна Александровна

Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского
федерального университета

Дата подписания: 13.09.2023 10:24:09

Уникальный программный ключ:

d74ce93cd40e39275c3ba2f5848641ca13aeb16

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования

«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Пятигорский институт (филиал) СКФУ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Пятигорского института
(филиал) СКФУ

Т.А. Шебзухова

«__» _____ 20__ г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации

(ЭЛЕКТРОННЫЙ ДОКУМЕНТ)

По дисциплине

Элективные дисциплины (модули) по
физической культуре и спорту

Направление подготовки

43.03.01 - Сервис

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения

очная

Учебный план

2021 года приема

Изучается

в 1,2,3,4,5,6 семестрах

Предисловие

1. Назначение: данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров с высшим образованием по направлению подготовки: 43.03.01 Сервис.

2. Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации на основе рабочей программы дисциплины «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту» в соответствии с образовательной программой по направлению подготовки: 43.03.01 Сервис, утвержденной на заседании УМС СКФУ протокол №____ от «__»_____20__ г.

3. Разработчик: старший преподаватель кафедры физической культуры Богданов Олег Геннадьевич.

4. ФОС рассмотрен и утвержден на заседании кафедры физической культуры. Протокол №____ от «__»_____20__ г.

5. ФОС согласован с выпускающей кафедрой транспортных средств и процессов.

Протокол №____ от «__»_____20__ г.

6. Проведена экспертиза ФОС. Члены экспертной группы, проводившие внутреннюю экспертизу:

Председатель: Коваль Людмила Николаевна, зав. кафедрой физической культуры;

Бабченко Анна Петровна, доцент кафедры физической культуры;

Ярошенко Евгения Валерьевна, ст. преподаватель кафедры физической культуры.

Экспертное заключение: ФОС соответствует ФГОС ВО и образовательной программе по направлению подготовки: 43.03.01 Сервис.

«__»_____20__ г.

_____ Коваль Л.Н.

_____ Бабченко А.П.

_____ Ярошенко Е.В.

Паспорт фонда оценочных средств
Для проведения текущей и промежуточной аттестации

По дисциплине: Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту

Направление подготовки: 43.03.01 Сервис

Направленность (профиль): Сервис транспортных средств

Квалификация выпускника: Бакалавр

Форма обучения: очная

Учебный план: 2021 год

Код оцениваемой компетенции (или ее части)	Тема	Тип контроля	Вид контроля	Компонент фонда оценочных средств	Количество заданий для каждого уровня, шт.	
					Базовый	Продвинутый
ОК-7	Темы № 3, 4, 8, 9, 14, 17, 22, 24, 26, 28, 29, 30, 31, 32, 34, 36, 40, 41, 42, 45, 47, 48, 49, 50, 68, 78, 80, 103, 104, 106, 107, 110-112, 114-116, 139, 140, 146, 148, 149, 151	Текущий	Устный	Фонд тестовых заданий (тесты физической и технической подготовленности)	154	77
ОК-7	Темы № 89, 90, 91, 92, 93	Текущий	Устный	Вопросы по темам дисциплины	24	22

Составитель _____ О.Г. Богданов

«___» _____ 20 г.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт сервиса, туризма и дизайна (филиал) СКФУ в г. Пятигорске

УТВЕРЖДАЮ:

Зав. кафедрой физической
культуры

« ____ » _____ 20 г

Л.Н. Коваль

Решение практических проблемных задач

дисциплины: «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту»

1. Тема (проблема): формирование навыка организации и проведения общеразвивающих упражнений, подготовительной части занятия.

Тема 13. Баскетбол.

Тема 15. Баскетбол.

Тема 69. Волейбол.

Тема 72. Волейбол.

Тема 81. Волейбол.

Тема 98. Волейбол.

Тема 107. Легкая атлетика. Гимнастика.

Тема 108. Легкая атлетика. Гимнастика.

Тема 148. Легкая атлетика. Гимнастика.

Тема 149. Легкая атлетика. Гимнастика.

2. Концепция: привитие студентам навыков здорового образа жизни; изучение форм самостоятельных занятий и условий их проведения; используя информационные технологии или самостоятельно составить комплекс упражнений и подготовительную часть занятия, продемонстрировать и провести студентам своей группы.

3. Ожидаемый результат: формирование компетенций, согласно федеральному государственному образовательному стандарту высшего образования, формирование умений и навыков организации форм самостоятельных занятий с правильным выбором средств физической культуры.

Задания для студентов

№ п/п	Уровень	
	Базовый	Повышенный
1	Составление комплекса общеразвивающих упражнений.	Составление комплекса общеразвивающих упражнений для определенной темы занятия: баскетбол, волейбол, гимнастики, легкой атлетики.
2	Организация и проведение комплекса общеразвивающих упражнений.	Организация и проведение комплекса общеразвивающих упражнений определенной темы занятия: баскетбол, волейбол, гимнастики, легкой атлетики.

3	Составление и проведение подготовительной части занятия.	Составление и проведение подготовительной части занятия определенной темы: баскетбол, волейбол, гимнастика, легкая атлетика
---	--	---

1. Критерии оценивания компетенций:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если: он активно участвует в практическом выполнении заданий, ориентируется в вопросах, владеет умениями и приемам составления и проведения общеразвивающих упражнений и подготовительной части занятия, изученных по теме;

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если: он принимает участие в практическом выполнении заданий, не уверенно владеет умениями и приемам составления и проведения общеразвивающих упражнений и подготовительной части занятия, отвечает на заданные ему вопросы;

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если: он принимает участие в практическом выполнении заданий, не уверенно владеет умениями и приемам составления и проведения общеразвивающих упражнений и подготовительной части занятия частично отвечает на вопросы. Количество правильных ответов составляет не менее 60%

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если: он не участвует в практическом выполнении заданий.

2. Описание шкалы оценивания

Максимальная сумма баллов устанавливается по 100 баллов и переводится в оценку по 5-балльной системе в соответствии со шкалой:

Шкала соответствия рейтингового балла 5-балльной системе

Рейтинговый балл	Оценка по 5-балльной системе
88-100	Отлично
72-87	Хорошо
53-71	Удовлетворительно
<53	Неудовлетворительно

Для возможности получения зачета студенты должны набрать от 53 до 100 баллов.

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

Процедура проведения данного оценочного материала включает ответы на вопросы по темам дисциплины.

Предлагаемые студенту задания позволяют развить способности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний (ОК-7). Задания повышенного уровня предполагают более глубокое и расширенное овладение учебным материалом.

При подготовке к ответу студенту предоставляется право пользоваться информационными технологиями по теме дисциплины.

При проверке заданий по темам дисциплины оцениваются: последовательное, логичное изложение материала, умения самостоятельно составить комплексы упражнений и продемонстрировать перед группой, провести подготовительную часть занятия, умения освоить технику приёмов спортивных игр, самостоятельно выполнять судейство учебной спортивных игр.

2. Тема (проблема): освоение приемов техники игры в волейбол, баскетбол.

Тема 23. Волейбол.

Тема 24. Волейбол.
Тема 42. Баскетбол.
Тема 45. Баскетбол.
Тема 60. Баскетбол.
Тема 63. Баскетбол.
Тема 66. Баскетбол.
Тема 75. Волейбол.
Тема 78. Волейбол.
Тема 84. Волейбол.
Тема 101. Волейбол

2. Концепция: привитие студентам навыков здорового образа жизни; развитие умений и навыков техники спортивных игр, изучение правил соревнований спортивных игр; развитие навыков спортивных игр: баскетбол, волейбол.

3. Ожидаемый результат: формирование компетенций, согласно федеральному государственному образовательному стандарту высшего образования, формирование умений и навыков техники игры в волейбол, баскетбол.

Задания для студентов

№ п/п	Уровень	
	Базовый	Повышенный
1	Освоение техники спортивных игр: баскетбол, волейбол.	Овладение практическими навыками техники спортивных игр. Помощь в освоении техники игр другим студентам группы
2	Знание и владение приемами техники игры: баскетбол, волейбол.	Исправление ошибок в технике других студентов группы.

1. Критерии оценивания компетенций:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если: он активно участвует в практическом выполнении заданий, ориентируется в вопросах, владеет техникой приемов игры, изученных по теме;

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если: он принимает участие в практическом выполнении заданий, владеет техникой приемов игры, допускает незначительные ошибки, отвечает на заданные ему вопросы;

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если: он принимает участие в практическом выполнении заданий, не уверенно владеет техникой приемов игры, допускает ошибки, частично отвечает на вопросы. Количество правильных ответов составляет не менее 60%

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если: он не участвует в практическом выполнении заданий.

2. Описание шкалы оценивания

Максимальная сумма баллов устанавливается по 100 баллов и переводится в оценку по 5-балльной системе в соответствии со шкалой:

Шкала соответствия рейтингового балла 5-балльной системе

Рейтинговый балл	Оценка по 5-балльной системе
88-100	Отлично
72-87	Хорошо
53-71	Удовлетворительно
<53	Неудовлетворительно

Для возможности получения зачета студенты должны набрать от 53 до 100 баллов.

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

Процедура проведения данного оценочного материала включает ответы на вопросы по темам дисциплины.

Предлагаемые студенту задания позволяют развить способности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний (ОК-7). Задания повышенного уровня предполагают более глубокое и расширенное овладение учебным материалом.

При подготовке к ответу студенту предоставляется право пользоваться информационными технологиями по теме дисциплины.

При проверке заданий по темам дисциплины оцениваются: последовательное, логичное изложение материала, знания техники, практические умения и навыки приемов спортивных игр.

3. Тема (проблема): освоение приемов судейства игры в волейбол, баскетбол.

Тема 128. Баскетбол.

Тема 132. Баскетбол.

Тема 133. Баскетбол.

Тема 134. Баскетбол.

Тема 137. Баскетбол.

Тема 143. Волейбол.

Тема 144. Волейбол.

Тема 145. Волейбол.

Тема 146. Волейбол.

2. Концепция: привитие студентам навыков здорового образа жизни; развитие навыков судейства спортивных игр, изучение правил соревнований спортивных игр; развитие навыков спортивных игр: баскетбол, волейбол.

3. Ожидаемый результат: формирование компетенций, согласно федеральному государственному образовательному стандарту высшего образования, формирование умений и навыков учебной игры в волейбол, баскетбол, формирование навыков судейства, знание студентов правил соревнований.

Задания для студентов

№ п/п	Уровень	
	Базовый	Повышенный
1	Знание правил соревнований спортивных игр.	Овладение практическими навыками судейства спортивных игр.
2	Освоение техники учебной игры: баскетбол, волейбол. Судейство учебной игры.	Исправление ошибок в тактических действиях игроков на площадке. Судейство двусторонней игры.

1. Критерии оценивания компетенций:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если: он активно участвует в практическом выполнении заданий, ориентируется в вопросах, владеет знаниями правил соревнований, умениями и навыками судейства учебной игры, изученных по теме;

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если: он принимает участие в практическом выполнении заданий, владеет знаниями правил соревнований, не уверенно владеет умениями и навыками судейства учебной игры, отвечает на заданные ему вопросы;

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если: он принимает участие в практическом выполнении заданий, не уверенно владеет умениями и навыками судейства учебной игры, допускает ошибки в судействе, частично отвечает на вопросы. Количество правильных ответов составляет не менее 60%

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если: он не участвует в практическом выполнении заданий.

2. Описание шкалы оценивания

Максимальная сумма баллов устанавливается по 100 баллов и переводится в оценку по 5-балльной системе в соответствии со шкалой:

Шкала соответствия рейтингового балла 5-балльной системе

Рейтинговый балл	Оценка по 5-балльной системе
88-100	Отлично
72-87	Хорошо
53-71	Удовлетворительно
<53	Неудовлетворительно

Для возможности получения зачета студенты должны набрать от 53 до 100 баллов.

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

Процедура проведения данного оценочного материала включает ответы на вопросы по темам дисциплины.

Предлагаемые студенту задания позволяют развить способности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний (ОК-7). Задания повышенного уровня предполагают более глубокое и расширенное овладение учебным материалом.

При подготовке к ответу студенту предоставляется право пользоваться информационными технологиями по теме дисциплины.

При проверке заданий по темам дисциплины оцениваются: последовательное, логичное изложение материала, знания и ориентация в правилах соревнований, самостоятельно выполнять судейство учебной спортивных игр.

Составитель _____ О.Г. Богданов

« ____ » _____ 20 г.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт сервиса, туризма и дизайна (филиал) СКФУ в г. Пятигорске

УТВЕРЖДАЮ:

Зав. кафедрой физической
культуры

« ____ » _____ 20 г. Л.Н. Коваль

Паспорт фонда тестовых заданий
по дисциплине «Элективный курс по физической культуре и спорту»

№ п/п	Контролируемые темы дисциплины	Контролируемые компетенции или их части	Количество тестовых заданий, шт	
			Базовый уровень	Продвинутый уровень
1	Тема 3. Легкая атлетика. Гимнастика Поднимание ног до угла 90° из положения лежа на спине, руки вдоль туловища.	ОК-7	2	1
2	Тема 4. Легкая атлетика Бег на короткие дистанции 60 м, 100 м	ОК-7	4	2
3	Тема 8. Легкая атлетика Бег на средние дистанции – 500 м (дев.), 1000 м (юн.).	ОК-7	2	1
4	Тема 9. Легкая атлетика. Гимнастика. Тест Куппера - бег за 12 мин (м). Приседание на двух ногах за 1 минуту	ОК-7	4	2
5	Тема 14. Баскетбол Передачи мяча тремя способами с ведением по площадке 20 м	ОК-7	2	1
6	Тема 17. Баскетбол Штрафные броски. Броски в кольцо из-под щита за 30 с	ОК-7	2	1
7	Тема 22. Волейбол Волейбол - передача в цель (кол.) d– 1 м.	ОК-7	2	1
8	Тема 24. Волейбол Волейбол - многократная передача мяча (верхняя, нижняя, комбинированная).	ОК-7	6	3
9	Тема 25. Волейбол Волейбол - передача через сетку в парах (кол.)	ОК-7	2	1
10	Тема 26. Волейбол Волейбол - подача мяча (количество успешных попыток из 10)	ОК-7	2	1
11	Тема 28. Легкая атлетика. Гимнастика. Бег на короткие дистанции 60 м, 100 м.	ОК-7	6	3

	Метание набивного мяча из-за головы.			
12	Тема 29. Легкая атлетика. Гимнастика Двоеборье: Юноши - поднимание туловища из полож. лежа, руки за головой + сгибание и разгибание рук в упоре лежа (30сек+30сек) девушки - поднимание туловища + приседание (30сек+30сек).	ОК-7	4	2
13	Тема 30. Легкая атлетика. Гимнастика Челночный бег 6х9 м, 9х9 м. Прыжки через скакалку.	ОК-7	6	3
14	Тема 31. Легкая атлетика. Гимнастика. Метание набивного мяча (1кг) из-за головы, из положения сидя ноги врозь.	ОК-7	4	2
15	Тема 32. Легкая атлетика. Гимнастика. Бег на средние дистанции – 500 м (дев.), 1000 м (юн.).	ОК-7	2	1
16	Тема 33. Легкая атлетика. Гимнастика Прыжки через скакалку. Поднимание ног до угла 90°в висе. Двоеборье. Поднимание ног до угла 90°из положения лежа.	ОК-7	8	4
17	Тема 35. Плавание Плавание вольным стилем - 25 м (сек).	ОК-7	2	1
18	Тема 36. Легкая атлетика. Гимнастика Прыжок в длину с места. Поднимание туловища в сед из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены за 1 мин.	ОК-7	4	2
19	Тема 39. Легкая атлетика. Гимнастика Бег на короткие дистанции 60 м, 100 м. Прыжки через скакалку. Поднимание ног до угла 90°в висе. Двоеборье. Поднимание ног до угла 90°из положения лежа.	ОК-7	10	5
20	Тема 40. Плавание Плавание вольным стилем - 50 м (сек).	ОК-7	2	1
21	Тема 41. Плавание Спортивный способ плавания кроль на спине 25 м (сек).	ОК-7	2	1
22	Тема 44. Плавание Спортивный способ плавания кроль на спине 50 м (сек).	ОК-7	2	1
23	Тема 45. Баскетбол Баскетбол – передачи мяча тремя способами с ведением по площадке 20 м.	ОК-7	2	1
24	Тема 47. Плавание Спортивный способ плавания брасс 25 м (сек).	ОК-7	2	1
25	Тема 48. Баскетбол Баскетбол – броски мяча в кольцо из-под щита за 30 сек.	ОК-7	2	1
26	Тема 49. Плавание Спортивный способ плавания брасс 50 м (сек).	ОК-7	2	1

27	Тема 50. Плавание Плавание способом по выбору с соревновательной скоростью.	ОК-7	2	1
28	Тема 68. Плавание Плавание вольным стилем - 25 м (сек).	ОК-7	2	1
29	Тема 78. Волейбол Многократная передача мяча.	ОК-7	2	1
30	Тема 80. Плавание Плавание вольным стилем - 50 м (сек).	ОК-7	2	1
31	Тема 98. Легкая атлетика. Гимнастика Упражнения для развития мышц брюшного пресса; приседание на одной ноге; приседание на двух ногах; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; подтягивание и подъем переворотом из виса на перекладине; тест на гибкость. Бег на средние дистанции – 500 м (дев.), 1000 м (юн.).	ОК-7	14	7
32	Тема 99. Легкая атлетика. Гимнастика Бег на короткие дистанции 60 м. Челночный бег 6х9м.	ОК-7	4	2
33	Тема 101. Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции 100 м.	ОК-7	2	1
34	Тема 102. Легкая атлетика. Гимнастика Поднимание ног в висе на гимнастической лестнице до угла 90°.	ОК-7	2	1
35	Тема 105. Легкая атлетика. Тест Куппера	ОК-7	2	1
36	Тема 106. Легкая атлетика Бег 1000 м (дев.).	ОК-7	2	1
37	Тема 107. Легкая атлетика. Гимнастика Бег на длинные дистанции 2000 м (дев.), 3000 м (юн.).	ОК-7	2	1
38	Тема 109. Баскетбол Ведение мяча за пределами штрафной зоны, 2 шага, бросок в корзину.	ОК-7	2	1
39	Тема 110. Баскетбол Броски в кольцо из-под щита за 30 с.	ОК-7	2	1
40	Тема 111. Баскетбол Штрафные броски (количество успешных попыток из 10).	ОК-7	2	1
41	Тема 134. Волейбол Передача через сетку в парах.	ОК-7	2	1
42	Тема 135. Волейбол Многократная передача мяча. Передача в цель.	ОК-7	2	1
43	Тема 141. Волейбол Поддачи мяча: нижняя прямая, верхняя прямая (количество успешных попыток из 10 в 6 зону).	ОК-7	4	2
44	Тема 143. Легкая атлетика. Гимнастика Бег 60 м, 100 м.	ОК-7	2	1
45	Тема 144. Легкая атлетика. Гимнастика Челночный бег 10х9 м.	ОК-7	2	1
46	Тема 146. Гимнастика Упражнения для развития	ОК-7	12	6

	мышц брюшного пресса; приседание на одной ноге; приседание на двух ногах; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; подтягивание и подъем переворотом из виса на перекладине; тест на гибкость.			
	Всего:		154	77

1. Критерии оценивания компетенций:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если: студент знает правила спортивных игр в последней редакции; выполняет тесты спортивно-технической, профессионально-прикладной и физической подготовленности по разделам пройденной программы на оценку «отлично»; умеет самостоятельно составить и провести комплекс общеразвивающих упражнений; умеет проводить самоконтроль, анализировать полученные результаты и вносить коррективы в индивидуальную программу физического самосовершенствования; участвует в спортивных соревнованиях различного уровня и организует судейство в них.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если: студент знает правила спортивных игр, но не всегда применяет их на практике; выполняет тесты для оценки спортивно-технической, профессионально-прикладной и физической подготовленности по разделам пройденной программы на оценку «хорошо»; недостаточно использует на практике методы физического совершенствования; участвует в спортивных соревнованиях вузовского уровня.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если: студент недостаточно знает правила спортивных игр и слабо демонстрирует их на практике; проявляет недостаточные способности и желание заниматься физической культурой и спортом; выполняет тесты для оценки спортивно-технической, профессионально-прикладной и физической подготовленности по разделам пройденной программы на оценку «удовлетворительно»; не принимает участия в спортивных соревнованиях.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он посещает практические занятия менее 50% от общего количества; если отсутствуют способности заниматься физической культурой и знания о необходимости заниматься физической культурой; если студент не выполняет тесты для оценки спортивно-технической, профессионально-прикладной и физической подготовленности по разделам пройденной программы.

Оценка зачтено выставляется студенту, если выполняет тесты спортивно-технической, профессионально-прикладной и физической подготовленности на положительную оценку.

Оценка не зачтено выставляется студенту, студент не выполняет тесты для оценки спортивно – технической, профессионально-прикладной и физической подготовленности на положительную оценку по разделам пройденной программы.

2. Описание шкалы оценивания

Максимальная сумма баллов устанавливается по 100 баллов и переводится в оценку по 5-балльной системе в соответствии со шкалой:

Шкала соответствия рейтингового балла 5-балльной системе

Рейтинговый балл	Оценка по 5-балльной системе
88-100	Отлично
72-87	Хорошо
53-71	Удовлетворительно

< 53	Неудовлетворительно
----------------	----------------------------

Для возможности получения зачета студенты должны набрать от 53 до 100 баллов.

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

Процедура проведения данного оценочного материала включает сдачу нормативов по физической и технической подготовленности.

В результате полученных знаний студент обладает способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний (ОК-7).

Тесты повышенного уровня предполагают более высокий уровень физической и технической подготовленности. Для подготовки к данному оценочному мероприятию необходимо 234 часа.

Студенту предоставляется право использовать спортивный инвентарь и оборудование.

При проверке выполнения нормативов оценивается уровень физической и технической подготовленности.

Составитель _____ О.Г. Богданов

«___» _____ 20 г.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт сервиса, туризма и дизайна (филиал) СКФУ в г. Пятигорске

УТВЕРЖДАЮ:
Зав. кафедрой физической
культуры
_____ Л.Н. Коваль
«__» _____ 20__ г.

Фонд тестовых заданий (тесты физической и технической подготовленности)
по дисциплине: «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

**Тесты для оценки физической подготовленности студентов 1 курса очной формы
обучения**

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Тесты на скоростную подготовленность						
60м (сек)	8,4	8,8	9,4	9,5	10,2	11,2
100м (сек)	13,6	13,9	14,6	16,5	17,0	18,3
Тесты на скоростную и координационную подготовленность						
Челночный бег 6 х 9м (сек)	13,8	14,2	14,8	16,0	17,0	17,8
Челночный бег 10 х 9м (сек)	26,5	27,0	28,0	27,5	28,0	30,0
Прыжки со скакалкой на двух ногах за 1 мин (кол.повт).	140	110	100	120	100	100
Тесты на скоростную выносливость						
Бег 500м (мин.сек)	-	-	-	2,00	2,15	2,40
Бег 1000м (мин.,сек.)	3,40	4,0	4,40	-	-	-
Тесты на общую выносливость						
Бег 2000м (сек)	7,50	8,10	8,30	10,50	11,40	12,10
Бег 3000м (сек)	-	-	-	-	-	-
Тесты на скоростно-силовую подготовленность						
Прыжок в длину с места (см)	240	230	210	180	170	160
Поднимание туловища в сед из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены за 1 мин. (кол.повт.)	50	40	30	40	35	25
Тесты на силовую подготовленность						
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, девушки - от гимнастической скамейки (кол.повт.)	45	35	25	16	14	10
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, ноги на гимнастической скамейке (кол.повт.)	35	27	20	-	-	-
Силой подъем переворот в упор на	8	6	3	-	-	-

перекладине (кол.повт.)						
Поднимание туловища из положения лежа на животе, руки за головой (кол.повт.)	50	40	30	50	40	30
Поднимание ног в висе на гимнастической лестнице до угла 90° (кол.повт.)	15	10	7	9	7	5
Приседания на одной ноге с опорой о гладкую поверхность (кол.повт.)	12	10	8	8	6	4
Подтягивание в висе на перекладине (кол.повт.)	15	12	9	-	-	-
Тест на гибкость						
Наклон вперед, стоя на гимн.скамейке (см)	-10	-5	0	-15	-10	-5

Перечень тестов спортивно-технической и профессионально-прикладной физической подготовленности студентов 1 курса очной формы обучения

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Тест Куппера - бег за 12 мин (м)	2800	2400	2000	2400	2000	1800
Поднимание ног до угла 90° из положения лежа на спине, руки вдоль туловища (кол.повт.)	40	35	25	35	25	20
Метание набивного мяча (1кг) из-за головы, из положения сидя ноги врозь (м)	10	8	6	6	5,5	5
Двоеборье: юноши- поднимание туловища из полож. лежа, руки за головой + сгибание и разгибание рук в упоре лежа (30сек+30сек) девушки - поднимание туловища + приседание (30сек+30сек)	60	55	50	55	50	45
Приседание на двух ногах за 1 минуту (кол.повт.)	55	50	45	45	40	35
Плавание вольным стилем - 25 м (сек)	18,0	22,0	26,0	27,0	30,0	35,0
Плавание вольным стилем - 50 м (сек)	40,0	44,0	54,0	49,0	53,0	58,0
Плавание кролем на спине – 25 м (сек)	26,0	28,0	30,0	35,0	37,0	39,0
Плавание кролем на спине – 50 м (сек)	56,0	58,0	59,0	1.05,0	1.15,0	1.25,0
Плавание брасом – 25 м (сек)	27,0	30,0	35,0	37,0	39,0	41,0
Плавание брасом – 50 м (сек)	54,0	56,0	59,0	1.00,0	1.05,0	1.10,0
Плавание способом по выбору с соревновательной скоростью (м)	400	300	200	250	200	150
Волейбол-многократная передача мяча (верхняя, нижняя, комбинированная)	30	25	20	30	25	20
Волейбол- подача мяча (количество успешных попыток из 10)	8	7	5	8	7	5
Волейбол- передача через сетку в парах(кол.)	30	25	20	30	25	20

Волейбол- передача в цель (кол.) d– 1 м	20	17	15	20	17	15
Баскетбол –броски мяча в кольцо из-под щита за 30 сек. (кол. резул. попаданий)	14	12	10	12	10	8
Баскетбол – передачи мяча тремя способами с ведением по площадке 20 м (сек)	30	32	34	32	34	37
Баскетбол –ведение мяча за пределами штрафной зоны, 2 шага бросок в кольцо за 1 мин. (кол. попаданий)	8	6	4	8	6	4
Баскетбол - штрафные броски (количество успешных попыток из 10)	5	4	3	5	4	3

Тесты для оценки физической подготовленности студентов 2 курса очной формы обучения

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Тесты на скоростную подготовленность						
60м (сек)	8,3	8,7	9,43	9,5	10,0	11,2
100м (сек)	13,4	13,8	14,4	16,5	16,8	18,3
Тесты на скоростную и координационную подготовленность						
Челночный бег 6 х 9м (сек)	13,8	14,2	14,6	16,0	16,8	17,6
Челночный бег 10 х 9м (сек)	26,2	27,0	27,5	27,0	28,0	30,0
Прыжки со скакалкой на двух ногах за 1 мин (кол.повт).	140	120	100	130	110	100
Тесты на скоростную выносливость						
Бег 500м (мин.сек)	-	-	-	-	-	-
Бег 1000м (мин.,сек.)	3,40	4,0	4,40	4,40	5,15	5,40
Тесты на общую выносливость						
Бег 2000м (сек)	-	-	-	10,30	11,30	12,10
Бег 3000м (сек)	12,40	13,20	14,30	-	-	-
Тесты на скоростно-силовую подготовленность						
Прыжок в длину с места (см)	240	230	213	185	170	160
Поднимание туловища в сед из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены за 1 мин. (кол.повт.)	50	40	30	40	35	25
Тесты на силовую подготовленность						
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, девушки - от гимнастической скамейки (кол.повт.)	50	40	30	16	14	12
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, ноги на гимнастической скамейке (кол.повт.)	35	30	23	-	-	-
Силой подъем переворот в упор на перекладине (кол.повт.)	8	6	3	-	-	-
Поднимание туловища из положения лежа на животе, руки за головой (кол.повт).	50	40	35	50	40	30

Поднимание ног в висе на гимнастической лестнице до угла 90° (кол.повт.)	15	10	8	10	7	5
Приседания на одной ноге с опорой о гладкую поверхность (кол.повт.)	14	12	8	8	6	4
Подтягивание в висе на перекладине (кол.повт.)	15	12	9	-	-	-
Тест на гибкость						
Наклон вперед, стоя на гимн.скамейке (см)	-12	-5	0	-20	-10	-5

Перечень тестов спортивно-технической и профессионально-прикладной физической подготовленности студентов 2 курса очной формы обучения

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Тест Куппера - бег за 12 мин (м)	2800	2400	2000	2400	2000	1800
Поднимание ног до угла 90° из положения лежа на спине, руки вдоль туловища (кол.повт.)	40	35	25	40	30	20
Метание набивного мяча (1кг) из-за головы, из положения сидя ноги врозь (м).	8	7	6	6,5	5,5	5
Двоеборье: юноши - поднимание туловища из полож. лежа, руки за головой + сгибание и разгибание рук в упоре лежа (30сек+30сек) девушки - поднимание туловища + приседание (30сек+30сек)	65	55	50	60	55	50
Приседание на двух ногах за 1 минуту (кол.повт.)	55	50	45	50	45	35
Плавание вольным стилем - 25 м (сек)	18,0	21,0	26,0	27,0	30,0	35,0
Плавание вольным стилем - 50 м (сек)	40,0	44,0	54,0	-	-	-
Плавание способом по выбору с соревновательной скоростью (м)	400	300	200	250	200	150
Волейбол- многократная передача мяча (верхняя, нижняя, комбинированная в круге d - 3 м)	25	20	15	25	20	15
Волейбол- подача мяча (количество успешных попыток из 10 в 6 зону)	7	6	4	7	6	4
Волейбол- передача через сетку в парах (кол.)	30	25	20	30	25	20
Волейбол- передача в цель (кол.)	25	20	15	25	20	15
Баскетбол – броски мяча в кольцо из-под щита за 30 сек. (кол.резул. попаданий)	16	14	12	14	12	10
Баскетбол – передачи мяча тремя способами с ведением по площадке 20 м (сек)	29	32	34	32	34	36

Баскетбол – ведение мяча по периметру зала, 2 шага бросок в кольцо за 1 мин. (кол.попаданий)	7	5	4	7	5	4
Баскетбол - штрафные броски (количество успешных попыток из 10)	6	4	3	5	4	3

Тесты для оценки физической подготовленности студентов 3 курса очной формы обучения

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Тесты на скоростную подготовленность						
60м (сек)	8,3	8,7	9,42	9,3	10,0	11,0
100м (сек)	13,2	13,8	14,2	16,2	16,6	18,0
Тесты на скоростную и координационную подготовленность						
Челночный бег 6 х 9м (сек)	13,8	14,0	14,6	16,0	16,8	17,4
Челночный бег 10 х 9м (сек)	26,2	26,8	27,5	27,0	28,0	29,8
Прыжки со скакалкой на двух ногах за 1 мин (кол.повт.).	140	120	100	130	120	110
Тесты на скоростную выносливость						
Бег 500м (мин.сек)	-	-	-	-	-	-
Бег 1000м (мин.,сек.)	-	-	-	4,40	5,05	5,30
Тесты на общую выносливость						
Бег 2000м(сек)	-	-	-	10,30	11,30	12,10
Бег 3000м (сек)	12,35	13,10	14,30	-	-	-
Тесты на скоростно-силовую подготовленность						
Прыжок в длину с места (см)	240	230	215	190	170	160
Поднимание туловища в сед из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены за 1 мин. (кол.повт.)	50	40	30	45	35	25
Тесты на силовую подготовленность						
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, девушки - от гимнастической скамейки (кол.повт.)	50	40	30	18	16	12
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, ноги на гимнастической скамейке (кол.повт.)	35	30	25	-	-	-
Силой подъем переворот в упор на перекладине (кол.повт.)	8	6	4	-	-	-
Поднимание туловища из положения лежа на животе, руки за головой (кол.повт.)	50	40	35	50	40	30
Поднимание ног в висе на гимнастической лестнице до угла 90 ⁰ (кол.повт.)	18	13	10	10	7	5
Приседания на одной ноге с опорой о гладкую поверхность (кол.повт.)	14	12	8	10	8	4
Подтягивание в висе на перекладине (кол.повт.)	15	12	9	-	-	-

Тест на гибкость						
Наклон вперед, стоя на гимн. скамейке (см)	-12	-5	0	-20	-10	-5

Перечень тестов спортивно-технической и профессионально-прикладной физической подготовленности студентов 3 курса очной формы обучения

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Тест Куппера - бег за 12 мин (м)	2800	2400	2000	2400	2000	1800
Поднимание ног до угла 90° из положения лежа на спине, руки вдоль туловища (кол. повт.)	40	35	25	40	30	20
Метание набивного мяча (1кг) из-за головы, из положения сидя ноги врозь (м).	10	8	6	6,5	6	5
Двоеборье: юноши- поднимание туловища из полож. лежа, руки за головой + сгибание и разгибание рук в упоре лежа (30сек+30сек) девушки - поднимание туловища + приседание (30сек+30сек)	65	55	50	60	55	50
Приседание на двух ногах за 1 минуту (кол. повт.)	55	50	45	50	45	40
Плавание вольным стилем - 25 м (сек)	18,0	20,0	24,0	25,0	28,0	32,0
Плавание вольным стилем - 50 м (сек)	36,0	42,0	50,0	-	-	-
Плавание способом по выбору с соревновательной скоростью (м)	400	350	250	300	250	200
Волейбол-многократная передача мяча (верхняя, нижняя, комбинированная в круге d - 3 м)	30	25	20	30	25	20
Волейбол- подача мяча (количество успешных попыток из 10 в 6 зону)	8	7	5	8	7	5
Волейбол- передача через сетку в парах(кол.)	35	30	25	35	30	25
Волейбол- передача в цель (кол.)	27	22	20	27	22	20
Баскетбол – броски мяча в кольцо из-под щита за 30 сек. (кол. резул. попаданий)	16	14	12	14	12	10
Баскетбол – передачи мяча тремя способами с ведением по площадке 20 м (сек)	28	32	34	30	34	36
Баскетбол – ведение мяча по периметру зала, 2 шага бросок в кольцо за 1 мин. (кол. попаданий)	8	6	4	8	6	4
Баскетбол - штрафные броски (количество успешных попыток из 10)	6	4	3	5	4	3

Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

БАЛЛЫ	ВИДЫ ИСПЫТАНИЙ (тесты)						
	ДЕВУШКИ						
	Бег на 100 м (сек.)	Бег на 2 км (мин.)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	Наклон вперед из положения стоя (см)	Прыжок в длину с места (см)	Плавание на 50 м	Метание спортивного снаряда весом 500 г (м)
20	16,5	10.30	47	16	195	1.10	21
19	16,7	10.40	46	15-14	192	1.12	20
18	16,8	11.50	44	13	188	1.14	19
17	16,9	11.00	42	12	184	1.16	18
16	17,0	11.15	40	11	180	1.18	17
15	17,2	11.20	38	-	178	1.20	-
14	17,3	11.25	36	10	176	1.22	16
13	17,4	11.30	35	9	173	1.23	15
12	17,5	11.35	34	8	170	1.24	14
11	17,6	11.45	32	6	168	1.28	12
10	17,7	11.55	30	4	166	1.32	-
9	17,8	12.05	28	2	164	1.36	10
8	17,9	12.15	26	1	162	1.40	-
7	18,0	12.25	24	0	160	1.44	9
6	18,1	12.35	22	-1	158	1.48	-
5	18,2	12.45	20	-2	156	1.52	8
4	18,3	12.55	18	-3	154	1.56	-
3	18,4	13.05	16	-4	152	2.00	7
2	18,5	13.15	14	-5	150	2.04	-
1	18,6	13.25	12	-6	148	2.08	6

БАЛЛЫ	ВИДЫ ИСПЫТАНИЙ (тесты)						
	ЮНОШИ						
	Бег на 100 м (сек.)	Бег на 3 км (мин.)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	Наклон вперед из положения стоя (см)	Прыжок в длину с места (см)	Плавание на 50 м	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)
20	13,5	12.30	13	13	240	0.42	37
19	13,9	12.45	12	12	238	0.43	36,5
18	14,2	13.00	11	11	236	0.44	36
17	14,5	13.15	-	9	233	0.46	35,5
16	14,8	13.30	10	7	230	0.48	35
15	-	13.40	-	-	227	0.50	34,5
14	14,9	13.50	-	-	225	0.52	34
13	15,0	13.55	-	-	220	0.53	-
12	15,1	14.00	9	6	215	0.54	33,5
11	15,2	14.15	8	4	214	0.58	32
10	15,3	14.30	7	2	213	1.00	30
9	15,4	14.45	6	0	212	1.04	28
8	15,5	15.00	5	-1	211	1.08	26
7	15,6	15.15	4	-2	210	1.12	24
6	15,7	15.30	3	-3	209	1.16	22
5	15,8	15.45	2	-4	208	1.20	20
4	15,9	16.00	1	-5	207	1.24	18
3	16,0	16.15	-	-6	206	1.28	16
2	16,1	16.30	-	-7	205	1.32	14
1	16,2	16.45	-	-8	204	1.36	12

Составитель _____ О.Г. Богданов
« ____ » _____ 20 г.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт сервиса, туризма и дизайна (филиал) СКФУ в г. Пятигорске

УТВЕРЖДАЮ:

Зав. кафедрой физической
культуры

« ____ » _____ Л.Н. Коваль
20 г.

Вопросы по темам
дисциплины: «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Базовый уровень

Тема 89. Развитие физических качеств.

1. Общие положения воспитания физических качеств.
2. Воспитание силы.
3. Воспитание выносливости.
4. Воспитание ловкости.
5. Воспитание гибкости.
6. Воспитание быстроты.

Тема 90. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.

1. Планирование объема и интенсивности физических упражнений.
2. Интенсивность физической нагрузки, связь ее с ЧСС.
3. Признаки чрезмерной нагрузки.
4. Гигиена самостоятельных занятий.

Тема 91. Особенности самостоятельных занятий игровыми видами спорта: баскетболом, волейболом, футболом.

1. Влияние баскетбола на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества занимающегося.
2. Влияние волейбола на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества занимающегося.
3. Влияние футбола на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества занимающегося.

Тема 92. Особенности самостоятельных занятий плаванием, легкой атлетикой, гимнастикой, аэробикой.

1. Влияние плавания на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества занимающегося.
2. Влияние легкой атлетики на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества занимающегося.
3. Влияние аэробики, ритмической гимнастики, калланетики, шейпинга, атлетической гимнастики на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества занимающегося.

Тема 93. Самоконтроль за физической подготовленностью занимающихся.

1. Двигательная подготовленность.
2. Контрольные упражнения для оценки уровня развития силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.
3. Оценка двигательной (физической) подготовленности.
4. Дневник самоконтроля.

Продвинутый уровень

Тема 89 Развитие физических качеств.

1. Методы и средства развития силы.
2. Методы и средства развития выносливости.
3. Методы и средства развития ловкости.
4. Методы и средства развития быстроты.
5. Методы и средства развития гибкости.

Тема 90. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.

1. Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учетом умственной учебной нагрузки.
2. Предварительный, текущий и итоговый учет тренировочной нагрузки и корректив тренировочных планов.
3. Пульсовые режимы рациональной тренировочной нагрузки для лиц студенческого возраста
4. Гигиена самостоятельных занятий. Питание, питьевой режим, уход за кожей. Элементы закаливания.

Тема 91. Особенности самостоятельных занятий игровыми видами спорта: баскетболом, волейболом, футболом.

1. Планирование тренировки в баскетболе, волейболе, футболе.
2. Физическая, техническая, тактическая и психическая подготовленность в баскетболе.
3. Физическая, техническая, тактическая и психическая подготовленность в волейболе.
4. Физическая, техническая, тактическая и психическая подготовленность в футболе.

Тема 92. Особенности самостоятельных занятий плаванием, легкой атлетикой, гимнастикой, аэробикой.

1. Граница интенсивности физической нагрузки для лиц студенческого возраста.
2. Признаки чрезмерной нагрузки.
3. Учет индивидуальных особенностей в самостоятельной работе

Тема 93. Самоконтроль за физической подготовленностью занимающихся.

1. Методы определения физической подготовленности: проба на развитие мышц живота, силы мышц спины, мышц ног, на меткость броска, на дальность броска, на равновесие, на координацию.
2. Оценка физической работоспособности по результатам 12-минутного теста в беге и плавании.

1. Критерии оценивания компетенций:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если он знает правила спортивных игр в последней редакции; выполняет тесты спортивно – технической, профессионально-прикладной и физической подготовленности по разделам пройденной программы на оценку «отлично»; умеет самостоятельно составить и провести комплекс

общеразвивающих упражнений; умеет проводить самоконтроль, анализировать полученные результаты и вносить коррективы в индивидуальную программу физического самосовершенствования; участвует в спортивных соревнованиях различного уровня и организует судейство в них.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он знает правила спортивных игр, но не всегда применяет их на практике; выполняет тесты для оценки спортивно – технической, профессионально-прикладной и физической подготовленности по разделам пройденной программы на оценку «хорошо»; недостаточно использует на практике методы физического совершенствования; участвует в спортивных соревнованиях вузовского уровня.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он недостаточно знает правила спортивных игр и слабо демонстрирует их на практике; проявляет недостаточные способности и желание заниматься физической культурой и спортом; выполняет тесты для оценки спортивно – технической, профессионально-прикладной и физической подготовленности по разделам пройденной программы на оценку «удовлетворительно»; не принимает участия в спортивных соревнованиях.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он посещает практические занятия менее 50% от общего количества; если отсутствуют способности заниматься физической культурой и знания о необходимости заниматься физической культурой; если студент не выполняет тесты для оценки спортивно – технической, профессионально-прикладной и физической подготовленности по разделам пройденной программы.

Оценка зачтено выставляется студенту, если ответы на вопросы по темам дисциплины последовательны, логически изложены, допускаются незначительные недочеты в ответе студента, такие как отсутствие самостоятельного вывода, речевые ошибки и пр.

Оценка не зачтено выставляется студенту, если студент не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

2. Описание шкалы оценивания

Максимальная сумма баллов устанавливается по 100 баллов и переводится в оценку по 5-балльной системе в соответствии со шкалой:

Шкала соответствия рейтингового балла 5-балльной системе

Рейтинговый балл	Оценка по 5-балльной системе
88-100	Отлично
72-87	Хорошо
53-71	Удовлетворительно
< 53	Неудовлетворительно

Для возможности получения зачета студенты должны набрать от 53 до 100 баллов.

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

Процедура проведения данного оценочного материала включает ответы на вопросы по темам дисциплины.

В результате полученных знаний студент обладает способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и

профилактики заболеваний (ОК-7). Задания по вариантам повышенного уровня предполагают более глубокое и расширенное овладение учебным материалом.

Для подготовки к данному оценочному мероприятию необходимо 12 часов.

При подготовке к ответу студенту предоставляется право пользования иллюстративными материалами по теме дисциплины.

При проверке ответов на вопросы по темам дисциплины оцениваются: последовательное, логичное изложение материала, выводы и практические рекомендации.

Составитель _____ О.Г. Богданов

«____» _____ 20 ____ г.