

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Комин Андрей Эдуардович

Должность: ректор

Дата подписания: 27.07.2025 09:31:13

Уникальный программный ключ:

f6c6d686f0c899fdf76a1ed8b448452ab8cac6fb1af6547b6d40cdf1bdc60ae2

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПРИМОРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНО-
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ПРИНЯТО

на заседании Ученого Совета
ФГБОУ ВО Приморский ГАТУ
Протокол № 17
от 26. 06. 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ФГБОУ ВО Приморский
ГАТУ
_____ А. Э. Комин

26. 06. 2023 г.

**ОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

44.03.01 Педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки)

Начальное образование

(направленность (профиль) подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Усурийск 2023 г.

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Паспорт Фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»

а. модели контролируемых компетенций

Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля):

Код компетенции	Наименование компетенции	Код индикатора достижения компетенции	Наименование индикатора достижения компетенции
Универсальная компетенция			
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	УК 7.1	Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
		УК 7.2	Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, определяет комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

б. требование к результатам освоения дисциплины

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:

знать:

- принципы формирования норм здорового образа жизни; способы обеспечения должного уровня физической подготовленности (УК-7.1.);
- средства и методы общей и специальной физической подготовки; методы оценки и самооценки уровня физического развития и физической подготовленности (УК-7.2.).

уметь:

- подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы физической культуры для укрепления здоровья (УК-7.1.);

– оценивать эффективность занятий физической культурой с позиции их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на здоровье (УК-7.2).

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Таблица 1 – Оценка контролируемой компетенции дисциплины (модуля)

№ п/п	Код контролируемой компетенции (индикатора достижения компетенции)	Контролируемые результаты обучения	Наименование оценочного средства
1	ИД -1 УК 7.1	<i>Знать:</i> принципы формирования норм здорового образа жизни; способы обеспечения должного уровня физической подготовленности.	Тест (письменно), Реферат (письменно и устно), Контрольная работа (письменно)
		<i>Уметь:</i> подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы физической культуры для укрепления здоровья.	Тест (письменно)
2	ИД -2 УК 7.2	<i>Знать:</i> средства и методы общей и специальной физической подготовки; методы оценки и самооценки уровня физического развития и физической подготовленности.	Тест (письменно), Реферат (письменно и устно)
		<i>Уметь:</i> оценивать эффективность занятий физической культурой с позиции их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на здоровье.	Тест (письменно), Реферат (письменно и устно), Контрольная работа (письменно)

Таблица 2 – Перечень оценочных средств

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	Тест	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений, обучающегося.	Фонд тестовых заданий
2	Реферат	Продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.	Темы рефератов

3	Контрольная работа	Средство проверки умений применять полученные знания для решения задач определенного типа по теме или разделу.	Комплект контрольных заданий по вариантам
---	--------------------	--	---

Таблица 3 – Критерии и шкалы для оценки уровня сформированности компетенции в ходе освоения дисциплины Показатели оценивания	Критерии оценки уровня сформированности компетенции ИД-1 УК 7.1, ИД-2 УК 7.2*			
	Неудовлетворительно (не зачтено)	Удовлетворительно (зачтено)	Хорошо (зачтено)	Отлично (зачтено)
«Знать»	Уровень знаний ниже минимально допустимых требований; имеют место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний; допущено множество негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе; допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе; без ошибок
«Уметь»	При решении типовых (стандартных) задач не продемонстрированы некоторые основные умения. Имеют место грубые ошибки.	Продемонстрированы основные умения. Решены типовые (стандартные) задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме.	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продемонстрированы все основные умения, некоторые – на уровне хорошо закрепленных навыков. Решены все основные задачи с отдельными несущественными ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, без недочетов
Характеристика сформированности компетенции	Компетенция в полной мере не сформирована. Имеющихся знаний и умений недостаточно для решения практических профессиональных задач	Сформированность компетенции соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний и умений в целом достаточно для решения стандартных практических профессиональных задач, но требуется дополнительная практика по большинству практических задач	Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям. Имеющихся знаний и умений в целом достаточно для решения стандартных практических профессиональных задач	Сформированность компетенции полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний и умений и мотивации в полной мере достаточно для решения сложных практических профессиональных задач
Уровень сформированности компетенции	Низкий	Пороговый	Базовый	Высокий
Сумма баллов (Б)**	0 – 60	61 – 75	76 – 85	86 – 100

* – Оценивается для каждой компетенции отдельно.

** – Суммируется балл по показателям оценивания «знать» и «уметь»; при этом соотношение компонентов компетенции в общей трудоемкости дисциплины «знать» / «уметь» составляет 40 / 60.

3. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация качества подготовки обучающихся по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт» проводится в соответствии с локальными нормативными актами Университета и является обязательной, предназначена для определения степени достижения учебных целей по дисциплине и проводится в форме зачета.

Зачет имеет целью проверить и оценить учебную работу обучающихся, уровень сформированности компетенций, их глубину и умение применить соответствующие знания при решении практических задач; также зачет способствует развитию творческого мышления, овладению профессиональными умениями в объеме требований рабочей программы дисциплины (модуля).

Обучающиеся готовятся к зачету самостоятельно. Подготовка заключается в изучении программного материала дисциплины с использованием личных записей, сделанных в рабочих тетрадях, и рекомендованной в процессе изучения дисциплины литературы. При необходимости обучающиеся обращаются за консультацией к преподавателю, ведущему данную дисциплину.

Форма проведения промежуточной аттестации для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбирается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете.

Методика оценивания

1) По столбальной шкале в таблицу 4 занести баллы (B_i), полученные обучающимся в ходе освоения дисциплины. (Критерии представлены в таблице 3).

Таблица 4 – Пример расчетной таблицы итогового оценивания компетенций у обучающегося по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»

Код индикатора компетенции	Условное обозначение	Оценка приобретенных компетенций в баллах
ИД -1 УК 7.1	B1	69
ИД 2 УК 7.2	B2	86
Итого	(∑B _i)	162
В среднем	(∑B _i) / n	81

2) Определить оценку по дисциплине (модулю) по шкале соотнесения баллов и оценок (таблица 5).

Таблица 5 – Шкала измерения уровня сформированности компетенций в результате освоения дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт»

Итоговый балл	0-60	61-75	76-85	86-100
Оценка	Неудовлетворительно (не зачтено)	Удовлетворительно (зачтено)	Хорошо (зачтено)	Отлично (зачтено)

Уровень сформированности компетенций	Низкий	Пороговый	Базовый	Высокий
--------------------------------------	--------	-----------	---------	---------

Знания, умения обучающихся при промежуточной аттестации **в форме зачета** определяются «зачтено», «не зачтено».

«Зачтено» – обучающийся знает курс на уровне лекционного материала, базового учебника, дополнительной учебной, научной и методологической литературы, умеет привести разные точки зрения по излагаемому вопросу.

«Не зачтено» – обучающийся имеет пробелы в знаниях основного учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

Текущая аттестация обучающихся по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт» проводится в форме контрольных мероприятий по оцениванию фактических результатов освоения дисциплины (модуля) в разрезе компетенций.

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

Содержательный элемент (модуль): Физическая культура и спорт

4.1 Тестовые задания для оценки компетенции ИД-1 УК 7.1

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК 7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.

вариант задания 1.

Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

В какой стране зародился термин «физическая культура»?

1. Италия
2. Франция
3. США и Англия
4. Германия

Ответ: 3 – США и Англия.

Обоснование: История становления физической культуры.

вариант задания 2.

Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Утомление это:

1. состояние покоя, либо времяпрепровождение, целью которого является восстановление сил, достижение работоспособного состояния организма
2. это состояние, которое возникает вследствие работы при недостаточности восстановительных процессов и проявляется в снижении работоспособности, нарушении координации регуляторных механизмов и в ощущении усталости
3. естественное физиологическое состояние, противоположное состоянию бодрствования, характеризующееся пониженной реакцией на окружающий мир
4. является следствием того, что мозг человека, обладая большими компенсаторными возможностями, способен длительное время работать с перегрузкой, не давая знать о своём утомлении, которое мы ощущаем только тогда, когда практически уже наступила фаза переутомления

Ответ: 2 – это состояние, которое возникает вследствие работы при недостаточности восстановительных процессов и проявляется в снижении работоспособности, нарушении координации регуляторных механизмов и в ощущении усталости.

Обоснование: Утомление – это состояние, которое возникает вследствие работы при недостаточности восстановительных процессов и проявляется в снижении работоспособности, нарушении координации регуляторных механизмов и в ощущении усталости (содержание понятия).

вариант задания 3.

Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Анатомический признак гимнастических упражнений включает в себя:

1. упражнения с предметами и снарядами
2. упражнения для мышц головы, шеи, туловища и т.п.
3. лечебный массаж
4. выполняются самим занимающимся или с помощью методиста ЛФК

Ответ: 2 – упражнения для мышц головы, шеи, туловища и т.п.

Обоснование: Упражнения на развитие частей тела.

вариант задания 4.

Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Разрешается ли отбивать мяч ногой во время игры волейбола:

1. да
2. частично да
3. нет
4. разрешается, если мяч упал

Ответ: 3 – нет.

Обоснование: Правила игры волейбола.

вариант задания 5.

Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

На сколько групп подразделяются виды спорта в Олимпийской классификации?

1. 4
2. 3
3. 15
4. 6

Ответ: 2 – 6.

Обоснование: Группы видов спорта по Олимпийской квалификации.

вариант задания 6.

Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответ

Сколько минут длится матч в футболе:

1. 60
2. 90
3. 120
4. до первого гола

Ответ: 2 – 90.

Обоснование: Правила игры в футбол.

вариант задания 7.

Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов

Какие виды спорта относятся к единоборству?

1. каратэ
2. бокс
3. спринт
4. дзюдо

Ответ: 1, 2, 4, – каратэ, бокс, дзюдо.

Обоснование: Классификация видов спорта.

вариант задания 8.

Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов

Антропометрические показатели характеризуют:

1. возрастные особенности
2. половые особенности
3. силу мышц
4. работоспособность

Ответ: 1, 2 – возрастные особенности, половые особенности.

Обоснование: К антропометрическим понятиям относят возрастные и половые особенности (содержание понятия).

вариант задания 9.

Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов

Какие меры принимают по отношению к лицам, не соблюдающим требования, установленные Правилами, или отказывающимся от их соблюдения (выберите все возможные варианты):

1. не допущение в места проведения официальных спортивных соревнований
2. получение предупреждения
3. удаление
4. привлечение к ответственности в соответствии с законодательством Российской Федерации

Ответ: 1, 3, 4 – не допущение в места проведения официальных спортивных соревнований, удаление, привлечение к ответственности в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Обоснование: Нормативная документация.

вариант задания 10.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ

Подсистема физического воспитания, наилучшим образом обеспечивающая формирование и совершенствование свойств и качеств, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности, носит название _____.

Ответ: ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка).

Обоснование: ППФП – подсистема физического воспитания, наилучшим образом обеспечивающая формирование и совершенствование свойств и качеств, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности (содержание понятия).

4.2 Тестовые задания для оценки компетенции ИД-2 УК 7.2

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК 7.2 Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, определяет комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

вариант задания 1.

Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Смысл физической культуры как компонента культуры общества заключается в:

1. укреплении здоровья и воспитании физических качеств людей
2. совершенствовании природных, физических свойств людей
3. обучении двигательным действиям и повышении работоспособности
4. в специфических прикладных функциях и в производственной деятельности

Ответ: 2 – совершенствовании природных, физических свойств людей.

Обоснование: Смысл физической культуры как компонента культуры общества заключается в совершенствовании природных, физических свойств людей.

вариант задания 2.

Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Быстрота в физической культуре это:

1. способность человека выполнять максимальное число движений за минимальный отрезок времени
2. способность человека быстро набирать скорость
3. способность человека выполнять упражнения в беге с максимальной скоростью на короткие дистанции

4. комплекс морфофункциональных свойств опорно-двигательного аппарата человека, определяющий глубину наклона

Ответ: 1 – способность человека выполнять максимальное число движений за минимальный отрезок времени.

Обоснование: Быстрота в физической культуре это способность человека выполнять максимальное число движений за минимальный отрезок времени.

вариант задания 3.

Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Простейший комплекс ОРУ (общие развивающие упражнения) начинается с упражнения:

1. для мышц ног
2. типа потягивания
3. махового характера
4. для мышц шеи.

Правильный ответ: 2.

Ответ: 2 – типа потягивания.

Обоснование: Простейший комплекс общих развивающих упражнений начинается с упражнения типа подтягивания.

вариант задания 4.

Установите соответствие между этапами планирования массовых спортивных мероприятий и их назначением:

К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

1	Первый этап	А	разработка программы массовых спортивных соревнований
2	Второй этап	Б	доведение информации о массовых соревнованиях до всех заинтересованных лиц.
3	Третий этап	В	создание необходимых рабочих условий и системы подведения итогов для организаторов и участников соревнований
4	Четвертый этап	Г	изучение спортивных потребностей студентов и оценка возможностей материальной базы.
		Д	Проверка студентов на допинг

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

Ответ:

1	2	3	4
---	---	---	---

Г	А	Б	В
---	---	---	---

вариант задания 5.

Установите соответствие между основными видами физической культуры и их характеристикой:

К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

1	Адаптивная физическая культура	А	Фундаментальная часть физической культуры, включенная в систему образования и воспитания подрастающего поколения в качестве фактора обеспечения основного уровня физической подготовленности.
2	Базовая физическая культура	Б	Использование физических упражнений в качестве средств лечения и восстановления функций организма, нарушенных в результате заболеваний, травм, переутомления и других причин
3	Лечебная реабилитационная физическая культура	В	Различные формы физической культуры, адаптированные к функциональному состоянию органов, систем и опорно-двигательного аппарата инвалидов, используемые с целью повышения дееспособности, подготовки к труду и со спортивной направленностью
4	Рекреативная физическая культура	Г	Многолетняя подготовка с целью достижения максимальных спортивных результатов в избранном виде спорта и участие в крупных спортивных мероприятиях
		Д	Отдых, восстановление сил с помощью средств физического воспитания (занятия физическими упражнениями, охота, туризм)

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

Ответ:

1	2	3	4
В	А	Б	Д

вариант задания 6.

Установите соответствие между типами спортивной деятельности и их характеристикой:

К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

1	Профессиональный спорт	А	спорт, направленный на тренировочную деятельность и участие в соревнованиях, на повышение уровня физической подготовленности, работоспособности, укрепления здоровья, а также удовлетворение своих потребностей и интересов
2	Массовый спорт	Б	многолетняя подготовка с целью достижения

			максимальных спортивных результатов в избранном виде спорта и участие в крупных соревнованиях, чемпионатах страны, Европы, мира, Олимпийских играх, универсиадах и других масштабных соревнованиях.
3	Спорт высших достижений	В	Отдых, восстановление сил с помощью средств физического воспитания (занятия физическими упражнениями, охота, туризм)
		Г	основной вид коммерческо-спортивной деятельности, направленный на высокую экономическую эффективность, зрелищность и рейтинговость в средствах массовой информации, является для спортсмена основным его занятием

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3

Ответ:

1	2	3
Г	А	Б

вариант задания 7.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Рассчитайте индекс массы тела для взрослого человека весом 53 кг и ростом 160 см. Ответ округлите до десятых.

Ответ: 20,7.

Обоснование: $ИМТ = \text{вес (кг)} / \text{рост (м)}^2$. $53 / 1,6^2 = 20,7$.

вариант задания 8.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Рассчитайте коэффициент экономизации кровообращения при артериальном давлении: систолическом – 130 мм рт.ст., диастолическом – 85 мм рт.ст.; ЧСС – 55 уд/мин. Ответ округлите до целых.

Ответ: 2475.

Обоснование: Коэффициент экономизации кровообращения (КЭК) вычисляется он по формуле: $АД_{\text{макс}} - АД_{\text{мин.}} \times ХЧСС$. $(130 - 85) \times 55 = 2475$.

вариант задания 9.

Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов

Укажите, исходя из закономерности тренировочного процесса, ряд принципов тренировки:

1. принцип повторного систематического воздействия (организация следовых явлений)
2. принцип повторности
3. принцип систематического чередования работы и отдыха
4. принцип раздельного питания

Ответ: 1, 2, 3 – принцип повторного систематического воздействия (организация следовых явлений); принцип повторности; принцип систематического чередования работы и отдыха.

Обоснование: Основные методические принципы тренировочного процесса.

вариант задания 10.

Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов

Перечислите основные упражнения для развития мышц туловища (спины и брюшного пресса):

1. поднимание верхней части туловища в положении лежа на спине
2. поднимание ног и таза лежа на спине
3. прыжки в длину
4. подтягивание в висе на перекладине

Ответ: 1, 2 – поднимание верхней части туловища в положении лежа на спине, поднимание ног и таза лежа на спине.

Обоснование: Комплекс упражнений на развитие мышц туловища (спины и брюшного пресса).

Критерии оценивания теста

Шкала оценивания тестов в разрезе компетенций

Показатели и критерии оценки	Максимальное количество баллов	Фактическое количество баллов
Уровень усвоения теоретического материала по показателю «Знать»	40	
ИД-1 УК 7.1	20	
ИД-2 УК 7.2	20	
Умение выполнять задания по показателю «Уметь»	60	
ИД-1 УК 7.1	30	
ИД-2 УК 7.2	30	
Всего	100	