

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Сыров Игорь Анатольевич
Должность: Директор
Дата подписания: 30.10.2023 14:51:48
Уникальный программный ключ:
b683afe664d7e9f64175886cf9626a196149ad36

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»

Факультет Кафедра физвоспитания
Кафедра Физической культуры и здоровьесберегающих технологий

Оценочные материалы по дисциплине (модулю)

дисциплина Оздоровительная легкая атлетика

Блок Б1, обязательная часть, Б1.О.27.05

цикл дисциплины и его часть (обязательная часть или часть, формируемая участниками образовательных отношений)

Направление

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)

код наименование направления

Программа

Физическая реабилитация

Форма обучения

Заочная

Для поступивших на обучение в
2023 г.

Разработчик (составитель)
канд.биол.наук, доцент
Салеев Э. Р.
ученая степень, должность, ФИО

1. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и описание показателей и критериев оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)	3
2. Оценочные средства, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)	11
3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания	14

1. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и описание показателей и критериев оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)	Показатели и критерии оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)				Вид оценочного средства
			1	2	3	4	
			неуд.	удовл.	хорошо	отлично	
ОПК-1. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и	ОПК-1.1.	Обучающийся должен:	Не знает или затрудняется в теоретические основы по проведению занятий и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической	Имеет представление, но допускает неточности теоретические основы по проведению занятий и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному	Имеет представление теоретические основы по проведению занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по когнитивному обучению и физической	Имеет чёткое целостное представление теоретические основы по проведению занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по когнитивному обучению и	Устный опрос

когнитивном у обучению и физической подготовке лиц с отклонениями и в состоянии здоровья			подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	
	ОПК-1.2.	Обучающийся должен:	Отсутствие умений проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Умеет частично проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Умеет проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Умеет грамотно проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Контрольные тесты
	ОПК-1.3.	Обучающийся должен:	Не владеет навыками по проведению занятий и физкультурно-	Владеет недостаточно навыками по проведению занятий и	Хорошо владеет навыками по проведению занятий и физкультурно-	Уверенно владеет навыками по проведению занятий и физкультурно-	Контрольная работа

			спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	
ПК-3. Способен осуществлять контроль и регуляцию физических нагрузок в процессе занятий физическими упражнениям и с учетом специфики заболевания	ПК-3.1.	Обучающийся должен:	Не знает или затрудняется в - технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; - типы документации и способы их ведения, - классификацию документов,	Имеет представление, но допускает неточности мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; - типы документации и способы их ведения,	Имеет представление мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; - типы документации и способы их ведения, - классификацию документов,	Имеет чёткое целостное представление мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; - типы документации и способы их ведения, - классификацию	Устный опрос

			<p>процедуру их согласования и принятия;</p> <ul style="list-style-type: none"> - критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; - анализирует индивидуальные программы реабилитации и исходные данные физической подготовленности занимающихся; - методы сбора и обработки первичной информации; - определяет цели, задачи и содержание физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии 	<ul style="list-style-type: none"> - классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; - критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; - анализирует индивидуальные программы реабилитации и исходные данные физической подготовленности занимающихся; - методы сбора и обработки первичной информации; - определяет цели, задачи и содержание физической реабилитации лиц с ограниченными 	<p>процедуру их согласования и принятия;</p> <ul style="list-style-type: none"> - критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; - анализирует индивидуальные программы реабилитации и исходные данные физической подготовленности занимающихся; - методы сбора и обработки первичной информации; - определяет цели, задачи и содержание физической реабилитации лиц с ограниченными 	<p>документов, процедуру их согласования и принятия;</p> <ul style="list-style-type: none"> - критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; - анализирует индивидуальные программы реабилитации и исходные данные физической подготовленности занимающихся; - методы сбора и обработки первичной информации; - определяет цели, задачи и содержание физической реабилитации лиц с ограниченными 	
--	--	--	---	---	---	---	--

			здоровья (включая инвалидов).	возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов).	здоровья (включая инвалидов).	состоянии здоровья (включая инвалидов).	
ПК-3.2.	Обучающийся должен:	Отсутствие умений - прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; - оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, - оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его	Умеет частично - прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; - оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, - оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего	Умеет - прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; - оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, - оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего	Умеет грамотно - прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; - оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, - оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего	Контрольные тесты	

			<p>ближайшего окружения и средовых ресурсов; - протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; - развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации.</p>	<p>окружения и средовых ресурсов; - протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; - развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации.</p>	<p>окружения и средовых ресурсов; - протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; - развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации.</p>	<p>окружения и средовых ресурсов; - протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; - развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации.</p>	
ПК-3.3.	Обучающийся должен:	<p>Не владеет - мониторинг и оценки результатов проведения</p>	<p>Владеет недостаточно - мониторинг и оценки результатов</p>	<p>Хорошо владеет - мониторинг и оценки результатов проведения</p>	<p>Уверенно владеет - мониторинг и оценки результатов проведения</p>	Контрольная работа	

			<p>физической реабилитации; - оценки индивидуального прогресса реабилитанта; - подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; - контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и</p>	<p>проведения физической реабилитации; - оценки индивидуального прогресса реабилитанта; - подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; - контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления</p>	<p>физической реабилитации; - оценки индивидуального прогресса реабилитанта; - подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; - контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и</p>	<p>физической реабилитации; - оценки индивидуального прогресса реабилитанта; - подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; - контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и</p>	
--	--	--	--	---	--	--	--

			<p>резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп;</p> <p>- формирования банка педагогической и другой информации (нормативноправовой, научнометодической, методической) в области физической реабилитации.</p>	<p>проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп;</p> <p>- формирования банка педагогической и другой информации (нормативноправовой, научнометодической, методической) в области физической реабилитации.</p>	<p>резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп;</p> <p>- формирования банка педагогической и другой информации (нормативноправовой, научнометодической, методической) в области физической реабилитации.</p>	<p>резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп;</p> <p>- формирования банка педагогической и другой информации (нормативноправовой, научнометодической, методической) в области физической реабилитации.</p>	
--	--	--	---	---	---	---	--

2. Оценочные средства, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)

Перечень вопросов к устному опросу

для оценки уровня сформированности компетенции ОПК – 1, ПК - 3

1. Оздоровительная ходьба
2. Характеристика ходьбы
3. Скандинавская ходьба
4. Энергетическая ходьба
5. Спортивная ходьба
6. Анализ техники легкоатлетических видов и методика обучения. Освоение техники легкоатлетических видов (ходьба, бег и прыжки).
7. Анализ техники легкоатлетических видов и методика обучения. Освоение техники легкоатлетических видов (бег, прыжки).
8. Анализ техники легкоатлетических видов и методика обучения. Освоение техники легкоатлетических видов (бег и прыжки, метания).
9. Анализ техники легкоатлетических видов и методика обучения. Освоение техники легкоатлетических видов (бег, прыжки и метания).

Критерии оценки (в баллах) (Устный опрос):

- 0 баллов выставляется обучающемуся, если не ответил ни на один вопрос
- 1 балл выставляется обучающемуся, если ответил на 1 вопроса;
- 2 балла выставляется обучающемуся, если ответил на 2 вопроса;
- 3 балла выставляется обучающемуся, если ответил на 3 вопроса;
- 4 балла выставляется обучающемуся, если ответил на 4 вопроса;
- 5 баллов выставляется обучающемуся, если ответил на 5 вопросов.

Примерные тематики реферата

для оценки уровня сформированности компетенции ОПК – 1, ПК - 3

1. Программа оздоровительного бега Г. Мильнера
2. Программы бега К. Купера

3. Программа бега Астранда и Родала
4. Программа бега Р. Гиббса
5. Программа бега А. Волленберга
6. Программа бега В. Бауэрмана и В. Гарриса
7. Программа бега С. Розенцвейга
8. Программа бега Р. Мотылянской и Л. Ерусалимского
9. Программа бега Фурмана
10. Программа бега Ф. П. Сулова
11. Программа бега Л. Я. Дорфмана
12. Программа бега А. И. Полунина

Критерии оценки (в баллах) реферата

-10 баллов выставляется студенту, если; студент представил реферат, выполненный по всем требованиям, содержание работы соответствует названию, все структурные компоненты представлены, работа оформлена в соответствии с требованиями;

-5-9 балла выставляется студенту, если; студент представил реферат, выполненный по требованиям: содержание работы соответствует названию, однако сделанные выводы в заключении требуют корректировки, по работе имеются погрешности в оформлении работы.

-1-5 балла выставляется студенту, если; студент представил реферат, в котором содержание работы не соответствует названию, выводы требуют корректировки, по работе имеются значительные погрешности в оформлении работы.

тесты

для оценки уровня сформированности компетенции ОПК – 1, ПК - 3

1. В каком году образована международная федерация легкой атлетики?
 - а) 1843 г.; б) 1862 г.; в) 1912 г.
2. Что является основой техники прыжков?
 - а) разбег; б) полет; в) отталкивание.
3. Что является основой техники ходьбы и бега?
 - а) разбег; б) полет; в) отталкивание.
4. Что является основой техники метаний?
 - а) разбег; б) полет; в) отталкивание.
5. От каких факторов зависит дальность полета в прыжках ?
 - а) от угла вылета; б) начальной скорости отталкивания;
 - в) угла вылета и начальной скорости вылета.
6. Назовите скорость в разбеге прыгуна в длину перед отталкиванием ?
 - а) 8 м/с; б) 10,4 м/с в) 15 км/ч.
7. Основа техники - это:

- специфические, наиболее важные решающие фазы данного способа решения двигательной задачи;
- особенности движения, не нарушающие его механизма;
- совокупность ключевых операций, безусловно необходимых для решения двигательной задачи;
- состав действий, согласованных в пространстве и во времени.

8. Классификация легкоатлетических упражнений это?

- а) сила, быстрота, выносливость;
- б) ловкость, гибкость;
- в) ходьба, бег, прыжки, метания, многоборья.

9. Бег – это:

- А) Равномерный способ передвижения; Б) Естественный способ ускоренного передвижения;
- В) Экономичный способ передвижения; Г) Ациклический вид упражнения.

10. Ходьба – это:

- А) Передвижение, при котором существует фаза полета;
- Б) способ передвижения сохраняется постоянная опора о землю одной или двумя ногами;
- В) Способ преодоления дистанции; Г) Передвижения человека.

Критерии оценки (в баллах) Критерии оценки (в баллах) тестового задания состоит из 10 вопросов, при ответе на каждый обучающийся получает по 2,5 балла

Перечень вопросов для зачета

для оценки уровня сформированности компетенции ОПК – 1, ПК - 3

1. Оздоровительная ходьба
2. Характеристика ходьбы
3. Скандинавская ходьба
4. Энергетическая ходьба
5. Спортивная ходьба
6. Ходьба для похудения.
7. Оздоровительный бег
8. Характеристика бега
9. Техника оздоровительной ходьбы
10. Техника оздоровительного бега
11. Бег в естественных условиях (Кроссовый бег)

12. Техника кроссового бега
13. Дыхание в ходьбе и беге
14. Определение интенсивности нагрузок
15. Физиология ходьбы
16. Методы тренировки в оздоровительной ходьбе
17. Методы тренировки в оздоровительном беге
18. «Попутная» тренировка.
19. Авторские программы оздоровительного бега
20. Программа оздоровительного бега Г. Мильнера
21. Программы бега К. Купера
22. Программа бега Астранда и Родала
23. Программа бега Р. Гиббса
24. Программа бега А. Волленберга
25. Программа бега В. Бауэрмана и В. Гарриса
26. Программа бега С. Розенцвейга
27. Программа бега Р. Мотылянской и Л. Ерусалимского
28. Программа бега Фурмана
29. Программа бега Ф. П. Сулова
30. Программа бега Л. Я. Дорфмана
31. Программа бега А. И. Полунина

Критерии оценки (в баллах):

- **25-30 баллов** выставляется обучающемуся, если он раскрыл все основные понятия и определения при ответе по устной теме, владеет терминологией. Обучающийся без затруднений ответил на все дополнительные вопросы..

- **17-24 баллов** выставляется обучающемуся, если он изложил в ответе по устной теме основные понятия и определения. При ответе на дополнительные вопросы допущены небольшие неточности.

- **10-16 баллов** выставляется обучающемуся, если при изложении устной темы обучающимся допущено несколько существенных ошибок в толковании материала. Полнота и логика ответа страдают заметными изъянами. Имеются принципиальные ошибки в логике построения ответа на вопрос.

- **0-10 баллов** выставляется обучающемуся, если он отказался от ответа или не смог ответить на вопросы, неудовлетворительное изложение устной темы свидетельствует о непонимании и крайне неполном знании материала.

3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания

Рейтинг-план дисциплины

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий на семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
Модуль 1				
Текущий контроль				
Устный опрос	1	5	0	5
Написание реферата	10	1	0	10
Рубежный контроль				
Тестовый контроль	1,5	10	0	15
Модуль 2				
Текущий контроль				
Устный опрос	1	5	0	5
Написание реферата	10	1	0	10
Рубежный контроль				
Тестовый контроль	1,5	10	0	15
Посещаемость (баллы вычитаются из общей суммы набранных баллов)				
Не посещение практических (семинарских, лабораторных) занятий			0	-10
Итоговый контроль				
Зачет				40

Результаты обучения по дисциплине (модулю) у обучающихся оцениваются по итогам текущего контроля количественной оценкой, выраженной в рейтинговых баллах. Оценке подлежит каждое контрольное мероприятие.

При оценивании сформированности компетенций применяется четырехуровневая шкала «неудовлетворительно», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично».

Максимальный балл по каждому виду оценочного средства определяется в

рейтинг-плане и выражает полное (100%) освоение компетенции.

Уровень сформированности компетенции «хорошо» устанавливается в случае, когда объем выполненных заданий соответствующего оценочного средства составляет 80-100%; «удовлетворительно» – выполнено 40-80%; «неудовлетворительно» – выполнено 0-40%

Рейтинговый балл за выполнение части или полного объема заданий соответствующего оценочного средства выставляется по формуле:

Рейтинговый балл = $k \times$ Максимальный балл,

где $k = 0,2$ при уровне освоения «неудовлетворительно», $k = 0,4$ при уровне освоения «удовлетворительно», $k = 0,8$ при уровне освоения «хорошо» и $k = 1$ при уровне освоения «отлично».

Оценка на этапе промежуточной аттестации выставляется согласно Положению о модульно-рейтинговой системе обучения и оценки успеваемости студентов УУНиТ:

На зачете выставляется оценка:

- зачтено - при накоплении от 60 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных баллов),
- не зачтено - при накоплении от 0 до 59 рейтинговых баллов.

При получении на экзамене оценок «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», на зачёте оценки «зачтено» считается, что результаты обучения по дисциплине (модулю) достигнуты и компетенции на этапе изучения дисциплины (модуля) сформированы.