

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Сыров Игорь Анатольевич
Должность: Директор
Дата подписания: 30.10.2023 14:43:09
Уникальный программный ключ:
b683afe664d7e9f64175886cf9626a198149ad36

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 Профессионально-спортивное совершенствование

Блок Б1, часть, формируемая участниками образовательных отношений, Б1.В.02
цикл дисциплины и его часть (обязательная часть или часть, формируемая участниками образовательных отношений)

Направление

49.03.01 Физическая культура
код наименование направления

Программа

Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения

Заочная

Для поступивших на обучение в
2023 г.

Разработчик (составитель)
к.п.н, доцент
Хаустов С. Л.
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)	10
3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания	13
Рейтинг-план дисциплины.....	13

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	
ПК-6. Способен проводить тренировочные занятия с занимающимися	ПК-6.3. определяет соотношение величины нагрузки и отдыха	Обучающийся должен: Знать: - педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки;	Не владеет Методикой подбора комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня	Не достаточно владеет Методикой подбора комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение	В полной мере владеет Методикой подбора комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение	В совершенстве владеет Методикой подбора комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение	Тестовый контроль

			специальной физической подготовки.	уровня специальной физической подготовки.	уровня специальной физической подготовки.	уровня специальной физической подготовки.	
ПК-6.2. - определяет задачи общей физической специальной подготовки исходя из целей и задач программы подготовки занимающегося.	Обучающийся должен: Уметь: -подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастным и индивидуальным особенностями занимающихся;	Не умеет подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастным и индивидуальным особенностями занимающихся;	Не достаточно умеет; подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастным и индивидуальным особенностями занимающихся;	В полной мере умеет подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастным и индивидуальным особенностями занимающихся;	В совершенстве умеет; подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастным и индивидуальным особенностями занимающихся;		реферат
ПК-6.1. - подбирает	Обучающийся должен:	Не знает педагогические	Частично знает педагогические	В полной мере знает	В совершенстве знает		Устный опрос

	<p>средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными индивидуальными особенностями занимающихся ;</p>	<p>Владеть: Методикой подбора комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки.</p>	<p>средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки;</p>	<p>средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки;</p>	<p>педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки;</p>	<p>педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки;</p>	
<p>ПК-2. Способен разрабатывать (осваивать) и применять современные</p>	<p>ПК-2.3. Создает условия для развития учащихся, мотивировать</p>	<p>Обучающийся должен: Знать: - Основные закономерности возрастного</p>	<p>Не владеет методикой преподавания, основные принципы деятельностного</p>	<p>Не достаточно владеет методикой преподавания, основные принципы</p>	<p>В полной мере владеет методикой преподавания, основные принципы</p>	<p>В совершенстве владеет методикой преподавания, основные принципы</p>	<p>Тестовый контроль</p>

<p>психолого-педагогические технологии, основанные на знаниях законов развития личности и поведения в социальной среде</p>	<p>их к активному освоению ресурсов и развивающих возможностей образовательной среды, освоению выбранного вида деятельности (выбранной программы), привлекать к целеполаганию</p>	<p>развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики</p>	<p>подхода, виды и приемы современных педагогических технологий</p>	<p>деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий</p>	<p>деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий</p>	<p>деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий</p>	
	<p>ПК-2.2. Проектирует и реализовывает образовательный процесс в образовательных организациях начального общего, основного общего, среднего</p>	<p>Обучающийся должен: Уметь: - Осуществлять деятельность и(или) демонстрировать элементы деятельности, соответствующей программе дополнительного образования;</p>	<p>Не умеет Осуществлять деятельность и(или) демонстрировать элементы деятельности, соответствующей программе дополнительного образования;</p>	<p>Не достаточно умеет; Осуществлять деятельность и(или) демонстрировать элементы деятельности, соответствующей программе дополнительного образования;</p>	<p>В полной мере умеет Осуществлять деятельность и(или) демонстрировать элементы деятельности, соответствующей программе дополнительного образования;</p>	<p>В совершенстве умеет; Осуществлять деятельность и(или) демонстрировать элементы деятельности, соответствующей программе дополнительного образования;</p>	<p>реферат</p>

	общего образования						
	ПК-2.1. Использует и апробирует специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности.	Обучающийся должен: Владеть: - методикой преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий	Не знает Основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностик и	Частично знает Основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностик и	В полной мере знает Основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностик и	В совершенстве знает Основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностик и	Устный опрос
ПК-1. Способен осуществлять профессиональную деятельность в	ПК-1.3. Анализирует эффективность технологий двигательного и	Обучающийся должен: Знать - основы теории и методики	Не владеет - навыками планирования и организации физкультурно-оздоровительны	Не достаточно владеет - навыками планирования и организации физкультурно-	В полной мере владеет - навыками планирования и организации физкультурно-	В совершенстве владеет - навыками планирования и организации физкультурно-	Тестовый контроль

соответствии с требованиями федеральных государственных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования	когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.	обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;	х и спортивно-массовых мероприятий по плану общеобразовательной организации;	оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий по плану общеобразовательной организации;	оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий по плану общеобразовательной организации;	оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий по плану общеобразовательной организации;	
	ПК-1.2. Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	Обучающийся должен: уметь - анализировать эффективность проведения уроков физической культуры с использованием методов педагогического контроля и самоанализа;	Не умеет - анализировать эффективность проведения уроков физической культуры с использованием методов педагогического контроля и самоанализа;	Не достаточно умеет; - анализировать эффективность проведения уроков физической культуры с использованием методов педагогического контроля и самоанализа;	В полной мере умеет - анализировать эффективность проведения уроков физической культуры с использованием методов педагогического контроля и самоанализа;	В совершенстве умеет; - анализировать эффективность проведения уроков физической культуры с использованием методов педагогического контроля и самоанализа;	реферат
	ПК-1.1.	Обучающийся	Не знает	Частично знает	В полной мере	В совершенстве	Устный

	<p>Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.</p>	<p>должен: владеть - навыками планирования и организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий по плану общеобразовательной организации;</p>	<p>основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>знает основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>знает основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>опрос</p>
--	--	--	--	--	--	--	--------------

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

Перечень вопросов к устному опросу для оценки уровня сформированности компетенции ПК 1, ПК 2, ПК 6

1 Вариант

1. Специальные упражнения в беге, прыжках и метаниях.
2. Анализ техники ходьбы, бега, прыжков и метаний
3. Методы педагогического контроля в легкой атлетике.
4. Принципы обучения в легкой атлетике.
5. Легкая атлетика в школе, ВУЗе

2 Вариант

1. Построение учебного процесса.
2. Организационная структура ДЮСШ по легкой атлетике.
3. Обеспечение мер безопасности при проведении тренировочных занятий с применением специальных упражнений с предметами и отягощениями.
4. Методика проведения самоконтроля при занятиях легкой атлетикой.
5. Педагогический контроль в легкой атлетике.

3 Вариант

1. Построение учебного процесса.
2. Организационная структура ДЮСШ по легкой атлетике.
3. Обеспечение мер безопасности при проведении тренировочных занятий с применением специальных упражнений с предметами и отягощениями.
4. Методика проведения самоконтроля при занятиях легкой атлетикой.
5. Педагогический контроль в легкой атлетике

Тематики рефератов для оценки уровня сформированности компетенции

ПК 1, ПК 2, ПК 6

1. Специальные упражнения в беге, прыжках и метаниях.
2. Тренажеры для развития силы, быстроты.
3. Тренажеры для бегунов, прыгунов и метателей.
4. Анализ техники ходьбы, бега, прыжков и метаний
5. Методы педагогического контроля в легкой атлетике.
6. Принципы обучения в легкой атлетике.
7. Легкая атлетика в школе, ВУЗе
8. Построение учебного процесса.
9. Организационная структура ДЮСШ по легкой атлетике.
10. Виды педагогического контроля в легкой атлетике.
11. Безопасность при проведении занятий по легкой атлетике.
12. Обеспечение мер безопасности при проведении тренировочных занятий с применением специальных упражнений с предметами и отягощениями.

13. Методика проведения самоконтроля при занятий легкой атлетикой.
14. Педагогический контроль в легкой атлетике.
15. Построение учебного процесса.
16. Организационная структура ДЮСШ по легкой атлетике.
17. Виды педагогического контроля в легкой атлетике.
18. Безопасность при проведении занятий по легкой атлетике.
19. Обеспечение мер безопасности при проведении тренировочных занятий с применением специальных упражнений с предметами и отягощениями.

Перечень тестовых заданий для оценки уровня сформированности компетенции

ПК 1, ПК 2, ПК 6

1. Сила – это способность человека
 - а) противостоять утомлению
 - б) преодолевать внешнее сопротивление
 - в) выполнять движения с большой амплитудой
 - г) управлять своими движениями
2. Выносливость – это способность организма
 - а) выполнять движения в минимальной для данных условий промежутков времени
 - б) адаптироваться к физическим нагрузкам
 - в) длительное время выполнять мышечную работу, преодолевая наступающее утомление
 - г) быстро разучивать новые движения
3. Соотнесите физические способности с их определениями

а) гибкость	1) способность управлять своими движениями во времени и пространстве, перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки, быстро овладевать новыми движениями
б) быстрота	
в) выносливость	2) способность длительное время выполнять мышечную работу, преодолевая наступающее утомление
г) сила	3) способность выполнять движения с большой амплитудой
д) ловкость	4) способность выполнять движения в минимальный для данных условий промежутков времени
	5) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных упражнений
4. К двигательным качествам человека относят
 - а) подготовленность
 - б) силу

- в) быстроту
 - г) выносливость
5. К функциям физической культуры относят

- а) эмоционально-зрелищную
- б) коммуникативную
- в) воспитательную
- г) экономическую
- д) врачебную

6. Принципы физического воспитания – это

- а) отдельные стороны двигательных возможностей человека
- б) руководящие положения, раскрывающие логику решения задач и обозначающие главные правила их реализации
- в) способы использования физических упражнений
- г) морфологические характеристики спортсменов

7. Общеметодические принципы физического воспитания

- а) наглядности
 - б) цикличности
 - в) доступности
 - г) Сознательности
8. Специфические принципы физического воспитания

- а) индивидуализации
- б) чередования нагрузок и отдыха
- в) активности
- г) непрерывности

9. Найдите соответствия общеметодических принципов физического воспитания и их определений

сознательности	обеспечение для каждого занимающегося оптимальных условий для формирования двигательных умений
индивидуализации	формирование осмысленного отношения к физкультурной деятельности
наглядности	использование тренажерных устройств в педагогическом процессе
доступности	привлечение органов чувств в процессе обучения

10. В комплекс средств физического воспитания входят

- а) технические средства
- б) физиологические упражнения
- в) оздоровительные силы природы
- г) тренажеры

Перечень вопросов к зачету

1. Специальные беговые упражнения.
2. Специальные упражнения прыгуна в длину.
3. Специальные упражнения прыгуна тройного прыжка.
4. Специальные упражнения прыгуна в высоту.
5. Специальные упражнения прыгуна с шестом.
6. Специальные упражнения для метания мяча.
7. Специальные упражнения для метания гранаты.
8. Специальные упражнения метателя копья.
9. Специальные упражнения толкателя ядра.
10. Специальные упражнения метателя диска.
11. Специальные упражнения метателя молота.
12. Специальные упражнения для многоборцев.
13. Тренажеры для развития силы.
14. Тренажеры для развития быстроты.
15. Тренажеры для бегунов.
16. Тренажеры для прыгунов.
17. Тренажеры для метателей.
18. Особенности работы бригады судей на старте.
19. Особенности работы бригады судей на финише.
20. Особенности работы бригады судей-хронометристов и видеофиниша.
21. Особенности работы бригады судей на дистанции.
22. Особенности работы бригады судей в прыжке в длину и тройном прыжке.
23. Особенности работы бригады судей в прыжке в высоту.
24. Особенности работы бригады судей в прыжке с шестом.
25. Особенности работы бригады судей в метаниях.
26. Построение тренировочного процесса легкоатлета в условиях среднегорья.
27. Качества тренера по легкой атлетике.
28. Безопасность при проведении тренировочных занятий с детьми различного возраста.
29. Безопасность при проведении соревнований в прыжках.
30. Обеспечение мер безопасности при проведении тренировочных занятий с применением специальных упражнений с предметами и отягощениями.

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 за семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
Модуль 1			0	30
Текущий контроль				
1. Контрольная работа (решение расчётных задач)	5	2	0	10
2. Выполнение и отчёт лабораторных работ	3	2	0	6
3. Сдача реферата	2	2	0	4
Рубежный контроль				
Тестирование	10	1	0	10
Модуль 2			0	40
Текущий контроль				
1. Контрольная работа (решение расчётных задач)	5	2	0	10
2. Выполнение и отчёт лабораторных работ	3	2	0	6
3. Сдача реферата	2	2	0	4
4. Зачёт	10	1	0	10
Рубежный контроль				
Тестирование	20	1	0	20
Итоговый контроль				
Поощрительные/отрицательные баллы				
1. Активность на занятиях	-	-	0	плюс 10
2. Пропуски занятий	0,5-1	1-50%	0	минус 10

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	2,5	10	0	25
Модуль 2				
Текущий контроль				
Устный опрос	1	5	0	5
Написание реферата	10	1	0	10
Рубежный контроль				
Тестовый контроль	2,5	10	0	25
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:

$$\text{Рейтинговый балл} = k \times \text{Максимальный балл},$$

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 экзамене выставляется оценка:

- отлично - при накоплении от 80 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных баллов),
- хорошо - при накоплении от 60 до 79 рейтинговых баллов,
- удовлетворительно - при накоплении от 45 до 59 рейтинговых баллов,
- неудовлетворительно - при накоплении менее 45 рейтинговых баллов.

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.