

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Соловьев Дмитрий Александрович  
Должность: ректор МБОУ «Вавиловский университет»  
Дата подписания: 17.09.2024 10:55:47  
Уникальный программный ключ:  
528682d78e671e566ab07f04fe1ba2172f735a12



ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«Саратовский государственный аграрный университет  
имени Н.И. Вавилова»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

*Панина*  
«16» августа 2019 г.

## ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

|                           |                            |
|---------------------------|----------------------------|
| Дисциплина                | <b>ФИТНЕС</b>              |
| Направление подготовки    | <b>35.03.04 Агрономия</b>  |
| Направленность (профиль)  | <b>Защита растений</b>     |
| Квалификация выпускника   | <b>Бакалавр</b>            |
| Нормативный срок обучения | <b>4 года</b>              |
| Форма обучения            | <b>Очная</b>               |
| Кафедра-разработчик       | <b>Физическая культура</b> |
| Ведущий преподаватель     | <b>Панина О.В., доцент</b> |

Разработчик(и): доцент, Беглов М.В. *М.В. Беглов*  
(подпись)

ст. преподаватель, Пяткина Н.А. *Н.А. Пяткина*  
(подпись)

Саратов 2019

## Содержание

|   |  |    |
|---|--|----|
| 1 | Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП .....   | 3  |
| 2 | Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания .....  | 4  |
| 3 | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы..... | 7  |
| 4 | Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы их формирования .....  | 10 |

## 1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП

В результате изучения дисциплины «Фитнес», обучающиеся в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 35.03.04 Агрономия (профиль) «Защита растений», утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 26.07.2017г. № 669, формируют следующие компетенции, указанные в таблице 1.

### Формирование компетенций в процессе изучения дисциплины «Фитнес»

Таблица 1

| Компетенция |  | Индикаторы достижения компетенций  | Этапы формирования компетенции в процессе освоения ОПОП (семестр) | Виды занятий для формирования компетенции | Оценочные средства для оценки уровня сформированности компетенции |
|-------------|--|--|---|---|---|
| Код         | Наименование   |  |   |   |   |
| 1           | 2  | 3  | 4   | 5   | 6   |
| УК-7        | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1<br>Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.  | 2   | Практические занятия                      | Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка |
| УК-7        | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1<br>Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни<br>УК-7.2<br>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. | 3   | Практические занятия                      | Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка |
| УК-7        | Способен поддерживать должный  | УК-7.2<br>Использует основы  | 4   | Практические занятия                      | Тесты по физической подго-  |

|      |  |  |   |                      |   |
|------|--|--|---|----------------------|---|
|      | уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности                               | физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.                             |   |                      | товке, демонстрация практического навыка                          |
| УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.2<br>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. | 5 | Практические занятия | Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка |
| УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.2<br>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. | 6 | Практические занятия | Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка |
| УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.2<br>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. | 7 | Практические занятия | Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка |

Компетенция УК-7 – также формируется в ходе подготовки и защиты ВКР.

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

### **Перечень оценочных материалов**

Таблица 2

| № п/п | Наименование оценочного средства | Краткая характеристика оценочного средства | Представление оценочного средства в ФОС |
|-------|----------------------------------|--|---|
|-------|----------------------------------|--|---|

|   |                                   |  |                            |
|---|-----------------------------------|--|----------------------------|
| 1 | демонстрация практического навыка | совместная деятельность группы обучающихся и педагогического работника направленная на совершенствование техники владения двигательными умениями и навыками                | комплексы упражнений       |
| 2 | тестирование                      | метод, который позволяет выявить уровень функционального состояния и основных физических качеств, развивающих профессионально значимые физические способности обучающегося | тесты физического развития |

### Программа оценивания контролируемой дисциплины

Таблица 3

| № п/п | Контролируемые разделы (темы дисциплины) | Код контролируемой компетенции (или ее части) | Наименование оценочного средства                              |
|-------|--|---|---|
| 1     | 2  | 3   | 4   |
| 1     | Фитнес                                   | УК-7  | тесты физического развития, демонстрация практического навыка |

### Описание показателей и критериев оценивания компетенций по дисциплине «Фитнес» на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Таблица 4

| Код компетенции, этапы освоения компетенции | Индикаторы достижения компетенций  | Показатели и критерии оценивания результатов обучения  |   |   |   |
|---|--|--|---|---|---|
|   |  | ниже порогового уровня (неудовлетворительно)   | пороговый уровень (удовлетворительно)   | продвинутый уровень (хорошо)  | высокий уровень (отлично)   |
| 1   | 2  | 3  | 4   | 5   | 6   |
| УК-7, 2 семестр                             | <b>УК-7.1</b><br>Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни. | обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, | обучающийся демонстрирует знание только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала | обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей | обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале |

|                    |   |  |   |  |   |
|--------------------|---|--|---|--|---|
|                    |   | допускает существенные ошибки  |   |  |   |
| УК-7,<br>3 семестр | <b>УК-7.1</b><br>Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.              | обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки | обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала | обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей                                      | обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале |
|                    | <b>УК-7.2</b><br>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. | обучающийся не владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки   | обучающийся в целом успешно, но не системно владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины          | обучающийся в целом успешно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, но допускает отдельные ошибки | обучающийся успешно и системно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины   |
| УК-7,<br>4 семестр | <b>УК-7.2</b><br>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. | обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки | обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала | обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей                                      | обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале |

|                    |   |  |   |   |   |
|--------------------|---|--|---|---|---|
|                    | ональной деятельности.  | спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки   | материала   |   | хорошо ориентируется в материале  |
| УК-7,<br>5 семестр | <b>УК-7.2</b><br>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. | обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки | обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала | обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей | обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале |
| УК-7,<br>6 семестр | <b>УК-7.2</b><br>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. | обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки | обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала | обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей | обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале |
| УК-7,<br>7 семестр | <b>УК-7.2</b><br>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих техноло-  | обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специ-   | обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулиров-  | обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей | обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-   |

|  |  |   |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|
|  | гий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. | альная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки | ках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала |  | тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале |
|--|--|---|--|--|--|

### **3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

#### **3.1. Входной контроль**

##### **Перечень вопросов**

1. Техника безопасности в бассейне.
2. Техника безопасности в тренажерном зале.
3. Техника безопасности на открытых площадках.
4. Техника безопасности в стрелковом тире.
5. Техника безопасности в спортивном зале.

Тестирование рассматривается как входной контроль, для определения уровня функционального состояния организма:

- методика проведения пробы Руфье;
- методика проведения динамометрии;
- методика проведения спирометрии (ЖЕЛ);
- методика проведения пробы на высоте вдоха (проба Штанге);
- методика проведения пробы Яроцкого;
- методика проведения пробы Ромберга;
- методика проведения ортостатической пробы;
- методика проведения тесты Купера.

#### **3.2. Тестирования физического развития**

Тестирования физического развития по дисциплине «Фитнес» проводится как входной контроль и после изучения определенного раздела дисциплины. Результаты тестирования учитываются при проведении промежуточной аттестации.

#### **Тесты входного контроля для оценки физической подготовленности обучающихся по дисциплине «Фитнес»**

|      |                 |         |
|------|-----------------|---------|
| Тест | Оценка в баллах |         |
|      | Женщины         | Мужчины |



|  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
|--|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
|  | 5    | 4    | 3    | 2    | 1    | 5    | 4    | 3    | 2    | 1    |
| Бег 100м сек                             |      |      |      |      |      | 13,8 | 14,2 | 15,0 | 15,5 | 16,0 |
| Тест Купера, м                           | 2100 | 1800 | 1700 | 1500 | 1200 | 2700 | 2500 | 2200 | 2100 | 1900 |
| Подтягивание из виса на перекладине(раз) | -    | -    | -    | -    | -    | 14   | 11   | 8    | 6    | 4    |
| Бег 60 м (сек)                           | 9,0  | 10,0 | 10,5 | 11,0 | 11,5 | -    | -    | -    | -    | -    |
| Прыжки в длину с места                   | -    | -    | -    | -    | -    | 230  | 220  | 210  | 200  | 190  |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа   | 16   | 14   | 12   | 8    | 4    | -    | -    | -    | -    | -    |
| Наклон туловища вперед (см)              | +10  | +8   | +5   | +2   | 0    | -    | -    | -    | -    | -    |

**Тесты рубежного контроля для оценки физической подготовленности обучающихся по дисциплине «Фитнес»**

| Тест  | Оценка в баллах |      |      |      |      |         |       |       |       |       |
|---|-----------------|------|------|------|------|---------|-------|-------|-------|-------|
|   | Женщины         |      |      |      |      | Мужчины |       |       |       |       |
|   | 5               | 4    | 3    | 2    | 1    | 5       | 4     | 3     | 2     | 1     |
| Бег 100м сек  | 15,7            | 16,0 | 17,0 | 17,9 | 18,7 | 13,5    | 14,0  | 14,6  | 15,1  | 15,5  |
| Подъем туловища из положения лежа на спине, ноги закреплены, руки за головой (раз). | 60              | 50   | 40   | 30   | 20   | -       | -     | -     | -     | -     |
| Подтягивание из виса на перекладине(раз)  | -               | -    | -    | -    | -    | 15      | 12    | 9     | 7     | 5     |
| Бег 1000 м (мин, сек).<br>3000 м (мин., сек)  | 5,00            | 5,15 | 5,30 | 5,45 | 6,00 | 12,00   | 12,40 | 13,20 | 14,00 | 14,10 |
| Прыжки в длину с места  | 190             | 180  | 170  | 160  | 150  | 240     | 230   | 220   | 210   | 200   |
| Рывок гири 16 кг (кол-во раз)   | -               | -    | -    | -    | -    | 26      | 20    | 16    | 14    | 12    |
| Комплексное силовое упражнение (кол-во раз)   | -               | -    | -    | -    | -    | 44      | 40    | 36    | 32    | 28    |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа  | 20              | 16   | 14   | 10   | 6    | -       | -     | -     | -     | -     |
| Подтягивание на перекладине в висе лежа высота 90см                                 | 20              | 16   | 10   | 6    | 4    | -       | -     | -     | -     | -     |
| Тест Купера (м)   | 2300            | 2000 | 1750 | 1600 | 1350 | 2800    | 2600  | 2300  | 2200  | 2150  |
| Наклон туловища вперед из положения сидя (см)                                       | +16             | +12  | +10  | +6   | +3   | -       | -     | -     | -     | -     |
| Удерживание туловища и ног в и.п. сед.ноги вперед (сек)                             | 10              | 8    | 7    | 6    | 5    | 8       | 7     | 6     | 5     | 4     |
| Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол-во раз)   | 130             | 120  | 115  | 110  | 100  | 120     | 115   | 110   | 105   | 95    |
| Статическое равновесие (тест Ромберга) (сек)  | 20              | 15   | 12   | 10   | 7    | 20      | 15    | 12    | 10    | 7     |
| Отжимания на брусьях (кол-во раз)   | -               | -    | -    | -    | -    | 15      | 12    | 9     | 7     | 5     |
| Комплексное упражнение  | -               | -    | -    | -    | -    | 10,0    | 10,6  | 11,0  | 11,4  | 12,0  |

|                                   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-----------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| на ловкость (сек)                 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| Многоскоки 8 прыжков (м)          | -  | -  | -  | -  | -  | 16 | 15 | 14 | 13 | 12 |
| Вис на полусогнутых руках (сек)   | 50 | 45 | 40 | 35 | 30 | -  | -  | -  | -  | -  |
| Удержание ноги («ласточка») (сек) | 30 | 26 | 22 | 18 | 15 | -  | -  | -  | -  | -  |
| Метание мяча 150 гр (м)           | 30 | 28 | 25 | 22 | 18 | -  | -  | -  | -  | -  |

### 3.3. Демонстрация практического навыка

Демонстрация практического навыка - проводится в течении изучения определенного раздела дисциплины и учитывается при проведении текущего контроля.

| № п/п | Исходное положение                                  | Описание упражнений  | Методические указания  |
|-------|---|--|--|
| 1.    | Лёжа на спине, одна рука на груди, другая на животе | Диафрагмальное дыхание   | 4-5 раз на вдохе живот выпячивается, на выходе – втягивается |
| 2.    | Лёжа на спине, руки вдоль туловища                  | Сгибание рук к плечам с одновременным разгибанием стоп   | 6-8 раз темп медленный. Дыхание произвольное.                |
| 3.    | То же   | С наклоном вправо, сгибание рук со скольжением кистей вдоль туловища – вдох, возвращение в и.п. – выдох. То же в другую сторону. | 4-5 раз, следить за дыханием                                 |
| 4.    | То же   | Поочерёдное поднятие рук – вперёд – вверх – вдох, возвращение в и.п. – выдох.  | 4-5 раз амплитуда увеличивается с каждым движением           |
| 5.    | То же   | Поочерёдное сгибание и разгибание ног в коленном и тазобедренном суставах («ходьба на лыжах»)                                    | 4-5 раз темп медленный. Дыхание произвольное                 |
| 6.    | Сидя на стуле, руки опущены вниз                    | Поперечное разгибание ног в коленях и тазобедренных суставах с со дружественными движениями рук («шаги на месте»)                | 10-12 шагов. Дыхание ритмичное                               |

### 3.4. Рубежный контроль

Рубежный контроль проводится в виде тестирования физической подготовленности по видам спорта в соответствии рабочей программой дисциплины. Обучающиеся должны сдать не менее 4 тестов. Виды тестирования приведены в п.3.2.

### 3.5. Промежуточная аттестация

- вид промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом по направлению подготовки 35.03.04 Агрономия (профиль) «Защита растений» - зачет – 2,3,4,5,6,7 семестр.

В конце семестра обучающиеся должны сдать не менее 5 тестов.

## Зачетные требования к практической части зачета по дисциплине «Фитнес»

| Тест  | Оценка в баллах |       |       |       |       |         |       |       |       |       |
|---|-----------------|-------|-------|-------|-------|---------|-------|-------|-------|-------|
|   | Женщины         |       |       |       |       | Мужчины |       |       |       |       |
|   | 5               | 4     | 3     | 2     | 1     | 5       | 4     | 3     | 2     | 1     |
| Бег 100м сек  | 15,7            | 16,0  | 17,0  | 17,9  | 18,7  | 13,2    | 13,8  | 14,0  | 14,3  | 14,5  |
| Кросс 500 м (мин.,сек)<br>1000 м (мин.,сек)   | 1.40            | 1.50  | 2.00  | 2.10  | 2.15  | 3.10    | 3.20  | 3.30  | 3.45  | 4.00  |
| Подъем туловища из положения лежа на спине, ноги закреплены, руки за головой (раз). | 60              | 50    | 40    | 30    | 20    | -       | -     | -     | -     | -     |
| Подтягивание из виса на перекладине(раз)  | -               | -     | -     | -     | -     | 15      | 12    | 9     | 7     | 5     |
| Бег 2000 м (мин, сек).<br>3000 м (мин., сек)  | 10,20           | 11,00 | 11,20 | 12,00 | 12,15 | 12,00   | 12,40 | 13,20 | 14,00 | 14,10 |
| Прыжки в длину с места  | 190             | 180   | 170   | 160   | 150   | 250     | 240   | 230   | 225   | 210   |
| Прыжки в длину с разбега (см)   | 365             | 350   | 325   | 300   | 280   | 480     | 460   | 435   | 410   | 390   |
| Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях  | -               | -     | -     | -     | -     | 15      | 13    | 10    | 8     | 6     |
| Сгибание и разгибание рук в упоре на скамейке                                       | 12              | 10    | 8     | 6     | 4     | -       | -     | -     | -     | -     |
| Подтягивание на перекладине в висе лежа высота 90см                                 | 20              | 16    | 10    | 6     | 4     | -       | -     | -     | -     | -     |
| В висе поднимание ног до касания перекладины  | -               | -     | -     | -     | -     | 10      | 8     | 6     | 5     | 3     |
| Приседания на одной ноге, опора о стенку  | 12              | 10    | 8     | 6     | 4     | 14      | 12    | 10    | 8     | 6     |

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

#### 4.1 Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Контроль результатов обучения обучающихся, этапов и уровня формирования компетенций по дисциплине «Фитнес» осуществляется через проведение входного, текущего, рубежных, выходного контролей и контроля самостоятельной работы.

Формы текущего, промежуточного и итогового контроля и контрольные задания для текущего контроля разрабатываются кафедрой исходя из специфики дисциплины, и утверждаются на заседании кафедры.

#### 4.2 Критерии оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности,

## характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Описание шкалы оценивания достижения компетенций по дисциплине приведено в таблице 6.

Таблица 6

| Уровень освоения компетенции | Отметка по пятибалльной системе (промежуточная аттестация)* |           |                               | Описание   |
|------------------------------|---|-----------|-------------------------------|--|
|                              |   |           |                               |  |
| <b>высокий</b>               | «отлично»   | «зачтено» | «зачтено (отлично)»           | Обучающийся обнаружил всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, умеет свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, обучающийся проявляет творческие способности в понимании, изложении и использовании материала. Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «отлично». Владеет техникой двигательных действий и методикой тренировки в избранном виде спорта |
| <b>базовый</b>               | «хорошо»  | «зачтено» | «зачтено (хорошо)»            | Обучающийся обнаружил полное знание учебного материала, успешно выполняет предусмотренные в программе задания, усвоил основную литературу, рекомендованную в программе. Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «хорошо». Владеет техникой двигательных действий и методикой развития двигательных качеств.  |
| <b>пороговый</b>             | «удовлетворительно»   | «зачтено» | «зачтено (удовлетворительно)» | Обучающийся обнаружил знания основного учебного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляется с выполнением практических заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой. Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «удовлетворительно». Владеет техникой базовых двигательных действий и методами оценки функционального состояния и работоспособности.  |
| —                            | «неудов-»   | «не за-»  | «не зачтено»                  | Обучающийся обнаружил пробелы в  |

| Уровень освоения компетенции | Отметка по пятибалльной системе (промежуточная аттестация)* |        |                        | Описание  |
|------------------------------|---|--------|------------------------|---|
|                              | летворительно»  | чтено» | (неудовлетворительно)» |   |
|                              |   |        |                        | знаниях основного учебного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой практических заданий, не может продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательной организации без дополнительных занятий. Не справляется с контрольными тестами по физической подготовленности. Владеет основами техники базовых двигательных действий. |

#### 4.2.1. Критерии оценки выполнения тестовых заданий

При выполнении тестовых нормативов обучающийся демонстрирует:

**знания:** сущности движения и его назначение;

**умения:** разбираться в движении, объяснять, как оно выполняется;

**владение навыками:** демонстрации, определения и исправления ошибок.

#### Критерии оценки выполнения тестовых заданий

|                            |  |
|----------------------------|--|
| <b>отлично</b>             | обучающийся демонстрирует:<br>– уверенное выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности |
| <b>хорошо</b>              | – обучающийся демонстрирует:<br>– выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности         |
| <b>удовлетворительно</b>   | обучающийся демонстрирует:<br>– выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности           |
| <b>неудовлетворительно</b> | обучающийся демонстрирует:<br>– выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности           |

#### 4.2.2. Критерии оценки демонстрации практического навыка

При выполнении демонстрации практического навыка обучающийся демонстрирует:

**знания:** сущности движения и его назначение;

**умения:** разбираться в движении, объяснять, как оно выполняется;

**владение навыками:** демонстрации, определения и исправления ошибок.

## Критерии оценки демонстрации практического навыка

|                            |  |
|----------------------------|--|
| <b>отлично</b>             | <p>обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение движения или отдельных его элементов, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, четко, в надлежащем ритме;</li> <li>- понимает сущность движения, его назначение, может объяснить, как оно выполняется, определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся;</li> </ul>                 |
| <b>хорошо</b>              | <p>обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение движения или отдельных его элементов, с соблюдением всех требований, с незначительными ошибками, легко, четко, в надлежащем ритме;</li> <li>- понимает сущность движения, его назначение, может объяснить, как оно выполняется, определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся;</li> </ul> |
| <b>удовлетворительно</b>   | <p>обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение движения или отдельных его элементов, в основном правильно, но допускает одну грубую или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности;</li> <li>- низкий уровень выполнения движения в нестандартных и сложных, в соревновательных условиях занятия</li> </ul>               |
| <b>неудовлетворительно</b> | <p>обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- движение или отдельные его элементы выполнены неправильно.</li> </ul>   |

**Разработчик(и):** *доцент, Беглов М.В.*



(подпись)

**ст. преподаватель,** *Пяткина Н.А.*



(подпись)