

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Соловьев Дмитрий Александрович  
Должность: ректор ФГБОУ ВО «Саратовский аграрный университет»  
Дата подписания: 02.10.2024 16:17:14  
Уникальный программный ключ:  
528682d78e671e566ab07f01fe1ba2172f735a12



**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Саратовский государственный аграрный университет  
имени Н.И. Вавилова»**

**УТВЕРЖДАЮ**

Зав. кафедрой «ФК»

*Соловьев Д.А.*  
27 августа 2019 г.

## **ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Дисциплина	<b>ВОЛЕЙБОЛ</b>
Специальность	<b>20.05.01 Пожарная безопасность</b>
Квалификация выпускника	<b>Специалист</b>
Нормативный срок обучения	<b>5 лет</b>
Форма обучения	<b>Заочная</b>
Кафедра-разработчик	<b>Физическая культура</b>
Ведущий преподаватель	<b>Панина О.В., доцент</b>

**Разработчик(и): доцент, Шишкина Т.Г.**

**доцент, Панина О.В.**

*Панина О.В.*  
(подпись)  
*Панина О.В.*  
(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 .....	6
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.....	13
4	Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы их формирования .....	16

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

В результате изучения дисциплины «Волейбол», обучающиеся в соответствии с ФГОС ВО по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.08.2015г. № 851, формируют следующие компетенции, указанные в таблице 1.

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

Таблица 1

Компетенция		Структурные элементы компетенции (в результате освоения дисциплины обучающийся должен знать, уметь, владеть)	Этапы формирования компетенции в процессе освоения ОПОП (курс)	Виды занятий для формирования компетенции	Оценочные средства для оценки уровня сформированности компетенции
Код	Наименование				
1	2	3	4	5	6
ОК-8	<i>способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<i><b>знает:</b> технику безопасности на занятиях по избранному виду спорта, социально-биологические основы физической культуры</i>	1	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
		<i><b>умеет:</b> соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений.</i>			
		<i><b>владеет:</b> приемами страховки и способами оказания первой помощи во время занятий физическими упражнениями</i>			
ОК-8	<i>способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<i><b>знает:</b> основы здорового образа и стиля жизни; гигиенические правила и структуру самостоятельных занятий;</i>	2	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
		<i><b>умеет:</b> осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и специальной подготовленностью; применять различные средства физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях;</i>			
		<i><b>владеет:</b> комплексами упражнений, направлен-</i>			

		<i>ных на укрепление здоровья, обучение двигательным действиям и развитие физических качеств</i>			
ОК-8	<i>способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<p><b>знает:</b> <i>примерные ежедневные и недельные объемы физических нагрузок; содержание и направленность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность</i></p> <p><b>умеет:</b> <i>составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств; осуществлять контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки</i></p> <p><b>владеет:</b> <i>методикой составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениям и гигиенической направленности</i></p>	3	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
ОК-8	<i>способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<p><b>знает:</b> <i>профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности</i></p> <p><b>умеет:</b> <i>управлять своим физическим здоровьем и применять оздоровительные и спортивные технологии</i></p> <p><b>владеет:</b> <i>способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений; технологией мониторинга собственного физического развития, функционального состояния систем организма, физической и психической ра-</i></p>	4	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка

		<i>ботоспособности</i>			
ОК-8	<i>способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<p><b>знает:</b> правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности; методические принципы спортивной тренировки</p> <p><b>умеет:</b> выполнять индивидуально подобранные комплексы различной целевой направленности; применять практические навыки, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности</p> <p><b>владеет:</b> навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства; методикой составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями тренировочной направленности</p>	5	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
ОК-8	<i>способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<p><b>знает:</b> основы формирования профессионально-прикладной физической культуры и понимает её интегрирующую роль в процессе формирования здоровьесбережения будущих специалистов; основы физической культуры и здорового образа жизни, методические принципы спортивной тренировки</p> <p><b>умеет:</b> применять систему знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способно-</p>	6	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка

		стей и качеств; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой			
		<b>владеет:</b> способностью к самоопределению, саморазвитию и самосовершенствованию в выборе средств и методов оздоровительных и спортивных технологий; навыками организации и проведения соревнований, в качестве общественных инструкторов, и судей.			

Компетенция ОК-8 – также формируется дисциплине «Физическая культура и спорт», элективных курсах по физической культуре и спорту и 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 ОМ
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	Волейбол	ОК-8	тесты физического развития, демонстрация практического навыка

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

Таблица 4

Код компетенции, этапы освоения компетенции	Планируемые результаты обучения	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
ОК-8, 1 курс	<b>знает:</b>	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>умеет:</b>	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования
	<b>владеет навыками:</b>	обучающийся не владеет навыками выполнения тактических и практических	обучающийся в целом успешно, но не системно владеет навыками выпол-	обучающийся в целом успешно владеет тактическими и практическими	обучающийся успешно и системно владеет тактическими и практическими двига-

		двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	нения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	двигательными навыками, но допускает отдельные ошибки	тельными навыками, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины
ОК-8, 2 курс	<b>знает:</b>	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>умеет:</b>	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования
	<b>владеет навыками:</b>	обучающийся не владеет навыками вы-	обучающийся в целом успешно, но	обучающийся в целом успешно вла-	обучающийся успешно и системно владеет

		полнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	не системно владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	деет тактическими и практическими двигательными навыками, но допускает отдельные ошибки	тактическими и практическими двигательными навыками, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины
ОК-8, 3 курс	<b>знает:</b>	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>умеет:</b>	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования

	<b>владеет навыками:</b>	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
ОК-8, 4 курс	<b>знает:</b>	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>умеет:</b>	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оцен-	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования

			ки тестирования	методы и оценки тестирования	
	<b>владеет навыками:</b>	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
ОК-8, 5 курс	<b>знает:</b>	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>умеет:</b>	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки

			современные методы и показатели оценки тестирования	плины, используя современные методы и оценки тестирования	тестирования
	<b>владеет навыками:</b>	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
ОК-8, 6 курс	<b>знает:</b>	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>умеет:</b>	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, преду-	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения опреде-	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изуче-	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, ис-

		смотренных программой дисциплины	ленных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	ния определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	пользуя современные методы и оценки тестирования
	<b>владеет навыками:</b>	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

### **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 «Волейбол» 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 «Волейбол»

Тесты	Оценка в баллах									
	Мужчины					Женщины				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Бег 30 м , сек.	5.0	5.5	6.0	6.5	6.9	5.5	5.8	6.0	6.3	6.5
Челночный бег 5хбм, сек	11.0	11.3	11.5	12.0	12.5	11.5	12.0	12.3	12.5	13.0
Бег 92 м. с изменением направления «Ёлочка», сек.	25.0	25.5	26.0	26.5	27.0	26.0	26.5	27.0	27.5	28.0
Бросок мяча из-за головы двумя руками стоя, м.	16	15	14	13	12	12	11	10	9	8
Прыжок в длину с места, м.	2,40	2,30	2,20	2,10	2,00	2,20	2,10	2,00	1,90	1,80
Прыжок вверх с места, м.	50	45	40	35	30	45	40	35	30	25
Приседание на одной ноге, (на правой, левой), из 10 раз на каждой	10	9	8	7	6	8	7	6	5	4
Подача мяча через сетку, из 5 раз	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Верхняя передача над собой, из 20 раз	20	15	10	5	4	20	15	10	5	4
Нижняя передача над собой, из 20 раз	20	15	10	5	4	20	15	10	5	4

#### Тесты текущего контроля для оценки физической подготовленности обучающихся по дисциплине волейбол

Тесты	Оценка в баллах									
	Мужчины					Женщины				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Отклонение туловища ( пресс) за 1 минуту , раз	60	55	50	47	45	55	50	48	45	40
Прием верхней передачи у стены, из 100 раз	100	90	80	70	65	100	80	70	50	45
Прием нижней передачи у стены, из 100 раз	100	90	80	70	65	100	80	70	50	45
Прием снизу в парах ,из 50 раз	50	45	40	35	30	50	45	40	35	30
Прием сверху в парах, из 50 раз	50	45	40	35	30	50	45	40	35	30
Прием снизу в парах через сетку, из 50 раз	50	45	40	35	30	50	45	40	35	30
Прием сверху в парах через сетку, из 50 раз	50	45	40	35	30	50	45	40	35	30
Бег 1000 м , мин	3.30	3.40	3.43	3.48	3.50	3.50	3.55	3.60	3.65	3.68
Бег 100 м , сек	13.5	14.8	15.1	15.5	16.0	16.5	17.0	17.5	17.9	18.7
Подача прямая верхняя на точность в 1 зону, из 5 раз	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Подача прямая верхняя на точность в 5 зону, из 5 раз	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Нападающий удар с собственного подбрасывания в 1 зону из 3 зоны, из 5 раз	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Нападающий удар с собственного под-	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1

брасывания в 5 зону из 3 зоны, из 5 раз										
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке, см	+13	7+	+6	+3	0	+16	+11	+8	+6	+3
Прыжки на двух ногах через скамейку, за 30 сек.	30	25	20	15	10	30	25	20	15	10

### 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	Попеременное разгибание ног в коленях и тазобедренных суставах с содружественными движениями рук («шаги на месте»)	10-12 шагов. Дыхание ритмичное
7.	То же	Поочерёдное поднятие вперёд и отведение правой руки вправо с поворотом головы в ту же сторону – вдох, возвращение в и.п. – выдох. То же влево	5-6 раз темп медленный

### 3.4. Текущий контроль

Текущий контроль проводится в виде тестирования физической подготовленности по видам спорта в соответствии рабочей программой дисциплины. Виды тестирования приведены в п.3.2.

### 3.5. Промежуточная аттестация

- вид промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность - зачет – 1,2,3,4,5,6 курс.

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

Тесты	Курс	Оценка в баллах									
		Мужчины					Женщины				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Верхняя передача в парах через сетку, после передачи полный присед руками касаемся пола из 35 передач, раз	I	25	20	15	10	5	25	20	15	10	5
	II	27	22	17	15	12	27	22	17	15	12
	III	30	28	25	22	20	30	28	25	22	20
	IV-VI	35	30	28	25	23	30	28	25	23	20
Нижняя передача в парах через сетку, после передачи полный присед ноги вытянуть вперед, из 50 раз	I	25	20	15	10	5	25	20	15	10	5
	II	27	22	17	15	12	27	22	17	15	12
	III	30	28	25	22	20	30	28	25	22	20
	IV-VI	50	40	30	20	10	50	40	30	20	10
Отклонение туловища( пресс) максимальное кол-во, раз		100	90	80	70	60	100	80	70	60	50
Подача прямая верхняя через сетку на точность из 10 раз		10	8	6	5	4	10	8	6	5	4
Прием мяча с подачи, доводка к сетке в 3 зону из 10 раз		10	8	6	5	4	10	8	6	5	4
Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа от пола		40	30	20	10	5	30	20	15	10	5
Прыжки через скакалку на двух ногах за 1 минуту, кол-во раз		150	130	120	100	90	150	130	120	100	90
Вис на перекладине, сек		1.20	1.00	0.50	0.45	0.40	1.00	0.50	0.45	0.40	0.35

### 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 «Волейбол» осуществляется через проведение входного, текущего, рубежных, выходного контролей.

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)»	<p>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.</p> <p>Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «отлично». Владеет техникой двигательных действий и методикой тренировки в избранном виде спорта.</p>
<b>базовый</b>	«хорошо»	«зачтено»	«зачтено (хорошо)»	<p>Обучающийся обнаружил полное знание учебного материала, успешно выполняет предусмотренные в программе задания, усвоил основную литературу, рекомендованную в программе.</p> <p>Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «хорошо». Владеет техникой двигательных действий и методикой развития двигательных качеств.</p>
<b>пороговый</b>	«удовлетворительно»	«зачтено»	«зачтено (удовлетворительно)»	<p>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.</p> <p>Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «удовлетворительно». Владеет техникой базовых двигательных действий и методами оценки функционального состояния и работоспособности.</p>
—	«неудовлетворительно»	«не зачтено»	«не зачтено (неудовлетворительно)»	<p>Обучающийся обнаружил пробелы в 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.</p> <p>Не справляется с контрольными тестами по физической подготовленности. Владеет основами техники базовых двигательных действий.</p>

#### 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: уверенное выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности
<b>хорошо</b>	обучающийся демонстрирует: выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности
<b>удовлетворительно</b>	обучающийся демонстрирует: выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности
<b>неудовлетворительно</b>	обучающийся демонстрирует: 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>	обучающийся демонстрирует: выполнение движения или отдельных его элементов, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, четко, в надлежащем ритме; понимает сущность движения, его назначение, может объяснить, как оно выполняется, определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся;
<b>хорошо</b>	обучающийся демонстрирует: выполнение движения или отдельных его элементов, с соблюдением всех требований, с незначительными ошибками, легко, четко, в надлежащем ритме; понимает сущность движения, его назначение, может объяснить, как оно выполняется, определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся;
<b>удовлетворительно</b>	обучающийся демонстрирует: выполнение движения или отдельных его элементов, в основном правильно, но допускает одну грубую или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности; низкий уровень выполнения движения в нестандартных и сложных, в соревновательных условиях занятия
<b>неудовлетворительно</b>	обучающийся демонстрирует: - движение или отдельные его элементы выполнены неправильно;

*Разработчик(и): доцент, Шишкина Т.Г.*

*доцент, Панина О.В.*

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)  
  
\_\_\_\_\_  
(подпись)