

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Поверинов Игорь Егорович

Должность: Проректор по учебной работе

Дата подписания: 03.07.2023 16:37:16

Уникальный программный ключ:

6d465b936eef331cede482bded6d12ab98216652f016465d53b72a2eab00e1b2

## МИНОБРНАУКИ РОССИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования**

**«Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова»  
(ФГБОУ ВО «ЧГУ им. И.Н. Ульянова»)**

Факультет искусств

Кафедра физической культуры и спорта

### **ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ)**

по дисциплине

### **«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

Специальность – 53.05.05 «Музыковедение»

Направленность (профиль) – «Теоретическое музыкознание»

Квалификация – Музыковед. Преподаватель

Чебоксары – 2020

Оценочные материалы (ФОС) разработаны на основе рабочей программы дисциплины, предусмотренной образовательной программой высшего образования (ОП ВО) по Специальности 53.05.05 «Музыковедение»

*СОСТАВИТЕЛЬ:*

Доцент кафедры физической культуры  
и спорта, к.п.н.

Н.Н. Пьянзина

*СОГЛАСОВАНО:*

Методическая комиссия факультета искусств «28» августа 2020 г., протокол № 1.

Декан факультета

М.Н. Яклашкин

## 1. Паспорт оценочных материалов по дисциплине

### «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
1.	<p>Раздел 1. Теоретический</p> <p>Тема 1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества</p> <p>Тема 2. Ценностные ориентации и отношение обучающихся к физической культуре и спорту</p> <p>Тема 3. Социально-биологические основы физической культуры</p> <p>Тема 4. Основы здорового образа жизни обучающегося</p> <p>Тема 5. Средства и методы физической культуры</p> <p>Тема 6. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания</p> <p>Тема 7. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями</p> <p>Тема 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) обучающихся</p>	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3	Задания, тестирование
2.	<p>Раздел 2. Практический</p> <p>Тема 9. Бег на короткие дистанции</p> <p>Тема 10. Бег на средние, длинные дистанции</p> <p>Тема 11. Прыжки в длину с разбега</p> <p>Тема 12. Метание спортивного снаряда</p> <p>Тема 13. Техника игры в волейбол</p> <p>Тема 14. Техника игры в футбол</p> <p>Тема 15. Техника игры в баскетбол</p> <p>Тема 16. Двухсторонняя игра (ф/б, в/б, б/б)</p> <p>Тема 17. Развитие общей выносливости</p> <p>Тема 18. Развитие скоростно-силовых качеств</p> <p>Тема 19. Развитие силовых качеств</p> <p>Тема 20. Техника классических ходов</p> <p>Тема 21. Техника коньковых ходов</p> <p>Тема 22. Техника подъемов, спусков на лыжах</p> <p>Тема 23. Ходьба на лыжах</p>	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3	Контрольные упражнения, тестирование

## 2. Критерии оценки успеваемости обучающихся

Формы и виды контроля знаний обучающихся, предусмотренные по данной дисциплине:

- текущий контроль;
- промежуточная аттестация (зачет).

Текущий контроль успеваемости проводится с целью проверки знаний обучающихся, приобретения и развития навыков самостоятельной работы, усиления связи между преподавателем и обучающимся, совершенствования работы кафедр по развитию навыков самостоятельной работы, по повышению академической активности обучающихся.

Промежуточная аттестация, как форма контроля успеваемости по дисциплинам (разделам дисциплин) и видам учебной деятельности, проводится для проверки степени усвоения обучающимися программного учебного материала и установления соответствия результатов проверки требованиям государственных образовательных стандартов к обязательному минимуму содержания или формирования компетенций, установленных федеральными государственными образовательными стандартами высшего образования.

Студенты, выполнившие программу дисциплины, сдают зачет, который предусматривает выполнение следующих требований:

- посещение занятий;
- выполнение 4 контрольных упражнений по функциональной и физической подготовленности суммарно не менее, чем на 12 баллов.
- сдача теоретического зачета.

Обучающиеся, длительное время пропустившие занятия по болезни и отнесенные к группе ЛФК (лечебная физическая культура), не сдают контрольные упражнения.

Критерии получения зачета по дисциплине:

- оценка «зачтено» ставится, если обучающийся посещал учебные занятия; сдал 4 контрольных упражнения по функциональной и физической подготовленности суммарно не менее, чем на 12 баллов; сдал теоретический зачет;
- оценка «не зачтено» ставится, если обучающийся не посещал учебные занятия, сдал 4 контрольных упражнения по функциональной и физической подготовленности суммарно менее, чем на 12 баллов; не сдал теоретический зачет.

Критерии получения зачета по дисциплине (для обучающихся, длительное время пропустивших занятия по болезни и отнесенных к группе ЛФК):

- оценка «зачтено» ставится, если обучающийся посещал учебные занятия; сдал теоретический зачет;
- оценка «не зачтено» ставится, если обучающийся не посещал учебные занятия, не сдал теоретический зачет.

## 3. Оценочные материалы текущего контроля успеваемости

**3.1. Комплект разноуровневых контрольных упражнений** (контролируемые компетенции – УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3)

Уровень практической подготовленности определяется по показателям общефизической и профессионально-прикладной подготовленности занимающихся. В течение учебного года обучающиеся выполняют 4 контрольных упражнения, направленных на определение развития всесторонней общефизической подготовленности.

### Контрольные упражнения

Девушки			Юноши		
	Результат	Критерии оценивания		Результат	Критерии оценивания
Прыжки в длину с места (см)	150 см	1	Прыжки в длину с места	210 см	1
	160 см	2		215 см	2
	170 см	3		220 см	3
	180 см	4		230 см	4
	195 см	5		240 см	5
Поднимание и опускание туловища	20 раз	1	Поднос ног к перекладине	5 раз	1
	30 раз	2		7 раз	2
	40 раз	3		9 раз	3
	50 раз	4		12 раз	4
	60 раз	5		15 раз	5
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	6 раз	1	Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях	5 раз	1
	8 раз	2		7 раз	2
	11 раз	3		9 раз	3
	14 раз	4		12 раз	4
	16 раз	5		15 раз	5
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье(см)	6 см	1	Подтягивание на перекладине	5 раз	1
	8 см	2		7 раз	2
	12 см	3		9 раз	3
	15 см	4		12 раз	4
	18 см	5		15 раз	5

#### 4. Оценочные материалы промежуточной аттестации обучающихся

##### 4.1. Примерный перечень вопросов к зачету

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены.
2. Физическая культура – часть общечеловеческой культуры.
3. Спорт – явление культурной жизни.
4. Компоненты физической культуры.
5. Физическое воспитание.
6. Физическое развитие.
7. Профессионально-прикладная физическая культура
8. Физическая культура в высшем учебном заведении.
9. Понятие о социально-биологических основах физической культуры.
10. Естественно-научные основы физической культуры и спорта.
11. Гипокинезия и гиподинамия.
12. Средства физической культуры.
13. Физиологическая классификация физических упражнений
14. Методические принципы физического воспитания.
15. Методы физического воспитания.
16. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.
17. Специальная физическая подготовка, ее цель и задачи.
18. Стороны спортивной подготовки (техническая, физическая, тактическая, психологическая, интегральная).
19. Профессионально-прикладная физическая подготовка
20. Формы занятий физическими упражнениями.
21. Построение и структура учебно-тренировочного занятия

22. Производственная физическая культура и гимнастика.
23. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры в свободное время специалистов.
24. Понятие об органах и физиологических системах организма человека.
25. Витамины и их роль в обмене веществ.
26. Общие положения развития физических качеств.
27. Сила, методика ее развития и определения.
28. Быстрота, методика ее развития и определения.
29. Выносливость, методика ее развития и определения.
30. Ловкость (координационные способности), методика ее развития и определения.
31. Гибкость, методика ее развития и определения.
32. Спортивная гимнастика в физическом воспитании, ее составные дисциплины.
33. Легкая атлетика в физическом воспитании, ее составные дисциплины.
34. Спортивные игры в физическом воспитании.

**Критерии получения зачета по дисциплине:**

– оценка «зачтено» ставится, если обучающийся посещал учебные занятия; сдал 4 контрольных упражнения по функциональной и физической подготовленности суммарно не менее, чем на 12 баллов; сдал теоретический зачет;

– оценка «не зачтено» ставится, если обучающийся не посещал учебные занятия, сдал 4 контрольных упражнения по функциональной и физической подготовленности суммарно менее, чем на 12 баллов; не сдал теоретический зачет.

**Критерии получения зачета по дисциплине (для обучающихся, длительное время пропустивших занятия по болезни и отнесенных к группе ЛФК):**

– оценка «зачтено» ставится, если обучающийся посещал учебные занятия; сдал теоретический зачет;

– оценка «не зачтено» ставится, если обучающийся не посещал учебные занятия, не сдал теоретический зачет.

**Лист дополнений и изменений**

№ п/п	Прилагаемый к ОМ (ФОС) документ, содержащий текст обновления	Решение кафедры		Подпись заведующего кафедрой	И.О. Фамилия заведующего кафедрой
		Дата	Протокол №		
1.	Приложение № 1				
2.	Приложение № 2				
3.	Приложение № 3				
4.	Приложение № 4				
5.	Приложение № 5				