

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Меркулов Евгений Сергеевич Должность: И.о. ректора Дата подписания: 11.05.2021 02:04:43 Уникальный программный ключ: 39428e82d614a3cd984f917b01870fd2a07183dabc77db685db2d16379f6e7c	ОПОП Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	СМК-ФОСД-В1.П2.-2019
--	---	----------------------

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга»

Рассмотрено и утверждено
на заседании кафедры физического
воспитания
«11» апреля 2019 г., протокол № 8
Зав. кафедрой физического воспитания
_____ Л.А. Баранова

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка

Направление подготовки (специальность): 43.03.01 «Сервис»

Профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»

Квалификация выпускника: Бакалавр

Форма обучения: очная

Курс 1, 2, 3, 4

Семестр: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.

Зачет: 2, 4, 6,8 семестр

Петропавловск-Камчатский, 2019 г.

ОПОП	СМК-ФОСД-В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

Разработчик:
доцент кафедры физического воспитания

_____ Л.А. Баранова
(подпись)

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

СОДЕРЖАНИЕ

1. Контрольно-измерительные материалы текущего контроля	4
1.1 Формы текущего контроля	4
1.2 Вопросы и задания текущего контроля	4
2. Критерии оценивания по формам текущего контроля	5
3. Контрольно-измерительные материалы промежуточного контроля (аттестации)	7
3.1 Формы промежуточного контроля (аттестации)	7
3.2 Перечень вопросов на зачет	7
4. Критерии оценивания по формам промежуточного контроля (аттестации)	8

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

1. Контрольно-измерительные материалы текущего контроля

1.1 Формы текущего контроля:

- устный опрос (оценка внеаудиторной самостоятельной работы);
- практические задания (тесты, контрольные нормативы)

РАЗДЕЛ 1. ГИМНАСТИКА. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции	Форма текущего контроля
1	Легкая атлетика	56	УК-7	устный опрос (оценка внеаудиторной самостоятельной работы (подготовка сообщений по темам практических занятий); владение двигательными умениями навыками лёгкоатлетических упражнений; техника выполнения легкоатлетических упражнений; тесты по легкой атлетике
2	Гимнастика	12	УК-7	устный опрос (оценка внеаудиторной самостоятельной работы (подготовка сообщений по темам практических занятий); владение навыками специальных гимнастических упражнений; тестовые задания по гимнастике

РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции	Форма текущего контроля
---	------	--------------	-------------	-------------------------

ОПОП	СМК-ФОСД-В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

1	Баскетбол	96	УК-7	устный опрос (оценка внеаудиторной самостоятельной работы (подготовка сообщений по темам практических занятий); владение двигательными умениями навыками игры в баскетбол; техника и тактика игры в баскетбол; тестовые задания по баскетболу
2	Волейбол	112	УК-7	устный опрос (оценка внеаудиторной самостоятельной работы (подготовка сообщений по темам практических занятий); владение двигательными умениями навыками игры в волейбол; техника и тактика игры в волейбол; тестовые задания по волейболу
3	Настольный теннис, бадминтон	36	УК-7	устный опрос (оценка внеаудиторной самостоятельной работы (подготовка сообщений по темам практических занятий); владение двигательными умениями навыками игры в настольный теннис; техника и тактика игры в настольный теннис; тестовые задания по настольному теннису;

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

4	Плавание. Лыжный спорт* ¹	2	УК-7	устный опрос (оценка внеаудиторной самостоятельной работы (подготовка сообщений по темам практических занятий); владение двигательными умениями навыками плавания и лыжной подготовки; техника плавания и лыжных ходов; тестовые задания по плаванию и лыжным гонкам;
5	Специализация	14	УК-7	устный опрос (оценка внеаудиторной самостоятельной работы (подготовка сообщений по темам практических занятий); составление комплексов специальных упражнений по различным видам спорта; тестовые задания по различным видам спорта; участие в соревнованиях по различным видам спорта

1.2 Вопросы и задания текущего контроля

РАЗДЕЛ 1. ГИМНАСТИКА. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Практическое занятие № 1. Легкая атлетика. Обучение техники бега на короткие дистанции.

Цели: ознакомление с техникой бега по прямой; ознакомление с техникой бега на повороте; обучение от стартового разбега к бегу по дистанции; обучение бегу при выходе с поворота на прямую часть дорожки; финишный рывок.

Задача: практически изучить технику бега на короткие дистанции.

Приборы и материалы: легкоатлетический стадион; секундомер; легкоатлетические колодки; стартовый флаг; свисток.

Практическое занятие № 2. Легкая атлетика. Обучение низкому и высокому старту, стартовому разбегу.

Цели: ознакомление низкому старту при помощи стартовых колодок; переход от стартового разбега к бегу по прямой, к бегу по виражу; финишный рывок; низкий старт на повороте; обучение высокому старту; переход от стартового разбега по прямой, к бегу по

¹ *Занятия плаванием и лыжной подготовкой предусмотрены вне сетки часов как дополнительные.
Примечание: Занятия плаванием вводятся в практический раздел курса и включаются в сетку часов по решению кафедры физического воспитания при наличии необходимой материально-технической базы.

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

виражу; финишный рывок;

Задача: практически изучить высокий и низкий старт.

Приборы и материалы: легкоатлетический стадион; секундомер; легкоатлетические колодки; стартовый флаг; свисток.

Практическое занятие 3. Легкая атлетика. Обучение техники бега по прямой дистанции.

Цели: обучение технике бега по прямой: длина дистанции, скорость бега, дозирование нагрузки, начало разбега, финишное ускорение;

Задача: практически обучить бегу по прямой дистанции.

Приборы и материалы: легкоатлетический стадион; секундомер; легкоатлетические колодки; стартовый флажок; свисток.

Практическое занятие 4. Легкая атлетика. Обучение техники бега по повороту и правильному бегу при выходе с поворота на прямую часть дорожки.

Цели: обучение технике бега по повороту: вхождение в поворот; выход с поворота; бег по прямой; финишное ускорение.

Задача: практически обучить бегу по повороту и выходу с поворота на прямую часть дорожки

Приборы и материалы: легкоатлетический стадион; секундомер; стартовый флажок; свисток.

Практическое занятие 5. Легкая атлетика. Обучение техники бега на средние и длинные дистанции.

Цели: ознакомление бегунов с повторным, переменным, интервальным, продолжительным бегом. Бег по дистанции: работа рук. Работа ног. Финиш и остановка после бега.

Задача: обучить правильному бегу на средние и длинные дистанции;

Приборы и материалы: легкоатлетический стадион; секундомер; стартовый флаг; свисток.

Практическое занятие 6. Легкая атлетика. Обучение техники прыжков в длину с разбега.

Цели: обучение прыжкам в длину с разбега способом «согнув ноги», способом «прогнувшись»; разбег, отталкивание, полет, приземление;

Задача: ознакомить с техникой горизонтальных прыжков;

Приборы и материалы: яма для прыжков в длину; стартовый флажок; рулетка; свисток.

Практическое занятие 7. Легкая атлетика. Сдача контрольных нормативов.

Цели: сдача контрольных нормативов на короткие и длинные дистанции; прыжки в длину с места с разбега;

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: легкоатлетический стадион, легкоатлетические колодки; яма для прыжков в длину; стартовый флажок; рулетка; свисток.

Практическое занятие 8. Легкая атлетика. Обучение техники метания мяча.

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

Цели: ознакомление с техникой метания мяча: держание снаряда; подготовка к разбегу и разбег; подготовка к финальному усилию; финальное усилие; вылет и полет снаряда;

Задача: ознакомить с техникой метания мяча;

Приборы и материалы: сектор для метания мяча; мячи для метания; рулетка; флажок для отмашки.

Практическое занятие 9. Легкая атлетика. Обучение техники метания гранаты.

Цели: ознакомление с техникой метания гранаты: форма, размер, вес снаряда; обучение броску из-за головы; держание снаряда; подготовка к разбегу и разбег; подготовка к финальному усилию; финальное усилие; вылет и полет снаряда;

Задача: ознакомить с техникой метания гранаты;

Приборы и материалы: сектор для метания гранаты; рулетка; флажок для отмашки.

РАБОЧИЕ ТЕСТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

УПРАЖНЕНИЯ	ОЦЕНКА В БАЛЛАХ				
	5	4	3	2	1

ЮНОШИ

Бег 100 метров сек.	14.0	14.4	14,8	14,0	15.0
Бег 60 метров сек.	8,2	8,3	8,5	8,7	8,9
Бег 2000 метров (мин., сек.)	8.04	8.20	8.36	8.52	9.10
Бег 3000 метров (мин. сек.)	12.40	14.40	16.00	16.30	17.00
Челночный бег 5x10 м, с	12,0	13.0	13.7		
Прыжок в длину с места (см)	240	230	220	215	205
Прыжки в длину с разбега (см)	440	415	410	390	370
Приседание на одной ноге, с опорой о стену (раз)	10	8	6	5	4
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа с колен (раз)	40	35	30	25	10
Бросок набивного мяча сидя из-за головы, ноги врозь (см.) 3 кг	625	580	510	475	440
Подтягивание на перекладине (кол. раз.)	12	10	8	7	5
Прыжки через скакалку за 1 мин, кол-во прыжков	140	130	120		

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

ДЕВУШКИ

Бег 60 метров сек.	10,7	11,0	11,3	11,5	12,0
Бег 100 метров сек	16,00	16,3	16,8	17,3	18,0
Бег 1000 метров мин. сек.	10.00	10.30	11.00.	11.30.0	12.00.0
Бег 2000 метров мин. сек.	9.30	11.00	12.00	12.30	13.00
Прыжок в длину с места (см)	200	190	180	160	150
Сед из положения лежа на спине, руки за голову, ноги закреплены (кол-во раз)	50	45	38	30	22
Прыжки в длину с разбега (см)	350	340	320	300	270
Бросок набивного мяча сидя из-за головы, ноги врозь (см.) 2 кг					
Поднимание и опускание прямых ног за 1 мин (количество раз)	37	34	30	27	25
Бросок набивного мяча из-за головы и. п.- сидя, ноги врозь (см) 2 кг.	600	550	500	400	320
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа с колен (раз)	25	20	15	10	5
Челночный бег 5x10 м, с	14,5	15,0	15,7	16,0	16,5
Прыжки через скакалку за 1 мин, количество прыжков	150	140	130	120	100
Приседание на одной ноге, с опорой о стену (раз)	8	6	5	4	3

Атлетическая гимнастика.

Совершенствование разученных комплексов атлетической гимнастики и обучение навыкам самостоятельных занятий с использованием тренажеров и средств отягощения.

Разучивание и совершенствование комплексов атлетической гимнастики с отягощением.

Разучивание и совершенствование комплексов атлетической гимнастики.

Комплекс упражнений с резиновой лентой, жгутом, эспандером.

РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Баскетбол

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

Практическое занятие № 1. Баскетбол. Обучение правилам игры в баскетбол. Обучение передачи мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке.

Цели: Обучить правилам игры в баскетбол, умением владеть мячом на месте, в движении и прыжке.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

Практическое занятие № 2. Баскетбол. Ловля мяча двумя руками при встречном движении, поступательном, при движении с боку.

Цели: Обучение ловли мяча двумя руками с различных положений.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

Практическое занятие № 3. Баскетбол. Обучение ведению мяча с высоким и низким отскоком.

Цели: Обучение технике ведения мяча с высоким и низким отскоком.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

Практическое занятие № 4. Баскетбол. Обучение броскам в корзину (двумя руками сверху, двумя руками снизу, от груди)

Цели: Обучение броскам в корзину с различных положений.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

Практическое занятие № 5. Баскетбол. Обучение броскам в корзину двумя руками с отскоком от щита, без отскока от щита.

Цели: Обучение броскам в корзину двумя руками с отскоком от щита, без отскока от щита.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

Практическое занятие № 6. Баскетбол. Броски в корзину двумя руками в движении, в прыжке.

Цели: Обучение броскам в корзину двумя руками в движении, в прыжке.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

Практическое занятие № 7. Баскетбол. Броски в корзину двумя руками (средние, ближние, прямо перед щитом, под углом к щиту).

Цели: Обучение броскам в корзину двумя руками (средние, ближние, прямо перед щитом, под углом к щиту).

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

Практическое занятие № 8. Баскетбол. Броски в корзину одной рукой сверху, от плеча, снизу.

Цели: Обучение броскам в корзину одной рукой сверху, от плеча, снизу.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

Практическое занятие № 9. Баскетбол. Броски в корзину одной рукой в движении, в прыжке.

Цели: Обучение броскам в корзину одной рукой в движении, в прыжке.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

Практическое занятие № 10. Баскетбол. Обучение техники остановки: поворотом, прыжком, двумя шагами.

Цели: Обучение техники остановки: поворотом, прыжком, двумя шагами.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

Практическое занятие № 11. Баскетбол. Обводка соперника с переводом под ногой, за спиной.

Цели: Обучить тактическим действиям игрока с применением техники обводки соперника с переводом под ногой, за спиной.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

Практическое занятие № 12. Баскетбол. Обучение тактическим приемам ведения игры.

Цели: Обучение тактическим приемам и рационального использования способов и форм ведения спортивной борьбы;

Задача: умение применять приобретенные навыки в конкретных условиях с целью достижения победы;

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

Практическое занятие № 13. Баскетбол. Двухсторонняя учебная игра по упрощенным правилам.

Цели: подготовка к участию в соревнованиях;

Задача: закрепить приобретенные навыки в целостную игровую деятельность

Приборы и материалы: спортивный зал, оборудованный баскетбольными щитами и кольцами; баскетбольные мячи; форма с нагрудными номерами; свисток.

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

Волейбол

Практическое занятие № 1. Волейбол. Обучение правилам игры в волейбол.

Цели: ознакомление с правилами игры в волейбол: размер площадки, счет, высота сетки, масса мяча, правила перехода, зона подачи, передняя, задняя, свободная зона.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие № 2. Волейбол. Обучение верхней передаче мяча двумя руками.

Цели: обучить передаче мяча двумя руками сверху: двумя руками в опоре; двумя руками в прыжке; одной рукой в прыжке; двумя руками в падении и перекатом на спину (бедро и спину). По направлению: вперед, над собой, назад. По длине: длинные – через зону, короткие – из зоны в зону, укороченные в пределах зоны. По высоте траектории: высокие, средние, низкие.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие № 3. Волейбол. Обучение нижней передаче мяча двумя руками.

Цели: обучить нижней передаче мяча двумя руками: стойка, перемещения.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие №4. Волейбол. Обучение перемещению на площадке в стойках.

Цели: обучить стартовым стойкам и различным способам перемещения: устойчивая стойка, основная стойка, неустойчивая стойка, ходьба, бег, скачок.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие № 5. Волейбол. Обучение подачи мяча: прямой нижней, прямой верхней.

Цели: обучить правильно, подавать мяч: основная стойка при подаче; подбрасывание мяча; замах одной рукой; удар по мячу.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие №6. Волейбол. Обучение приему мяча с подачи.

Цели: обучить приему мяча с подачи: прием мяча сверху двумя руками; прием мяча двумя руками снизу; прием мяча снизу одной рукой.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие № 7. Волейбол. Обучение прямому нападающему удару.

Цели: обучить прямому нападающему удару: разбег, прыжок, замах. Варианты нападающих ударов: ускоренный нападающий удар; нападающий удар с поворотом туловища; нападающий удар с переводом рукой; медленные нападающие удары (обманы).

ОПОП	СМК-ФОСД-В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие № 8. Волейбол. Обучение техники блокирования.

Цели: обучить блокировке мяча: стойка, перемещения; прыжок;

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие № 9. Волейбол. Обучение технике нападающего удара и блокирования.

Цели: обучить технике нападающего удара и блокированию: исходная позиция игрока; предварительное смещение или перемещение игрока; выход на удар.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие №10. Волейбол. Обучение передаче мяча через сетку с перемещением.

Цели: обучить передаче мяча через сетку: передача двумя руками сверху; передача мяча в прыжке сверху двумя руками; передача сверху одной рукой; передача мяча назад сверху двумя руками; Передачи по длине: длинные, короткие, укороченные. Передачи по высоте: высокие, средние, низкие. Передачи с отвлекающими действиями.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие №11. Волейбол. Сочетание перемещений и приемов.

Цели: обучить стартовым стойкам и способам перемещения: устойчивая, основная, неустойчивая стойка. Перемещения на площадке: ходьба, бег, скачок.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие №12. Эстафеты с набивными мячами.

Цели: воспитание умения самостоятельно выполнять и анализировать двигательные действия

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, набивные мячи, свисток.

Практическое занятие №13 Волейбол. Обучение технике и тактике игры в волейбол.

Цели: обучить основам техники и тактики игры: в нападении (передачи, подачи, атакующие удары, перемещения); в защите (перемещения, прием, блокирование);

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие № 14. Волейбол. Двухсторонняя учебная игра.

Цели: обучить правилам игры в волейбол в командах;

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие № 15. Контрольные нормативы.

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

Цели: знать правила игры в волейбол; тактику и технику игры;

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Практическое занятие № 16. Подвижные игры.

Цели: обучить волейболистов игровой деятельности: подготовительные игры, учебные, контрольные игры. Задания по технике; задания по тактике.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: волейбольная площадка, волейбольный мяч, свисток.

Настольный теннис

Практическое занятие № 1. Настольный теннис. Обучение технике владения ракеткой.

Цели: обучить учащихся технике владения ракеткой: хватка ракетки; основная стойка теннисиста; начальная работа у стола. Основы техники игры: топ-спин, подрезка, блок, срезка, скидка, свеча.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал; теннисный стол;

Практическое занятие №2. Настольный теннис. Обучение технике защиты.

Цели: обучить основным защитным ударам: удары слева, справа; удары с вращением и без.

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал; теннисный стол;

Практическое занятие №3. Настольный теннис. Обучение технике нападения.

Цели: обучить основным типам атакующих ударов: с вращением, блок, подрезка, срезка, скидка, свеча, подача

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал; теннисный стол;

Практическое занятие №4. Настольный теннис. Учебная игра.

Цели: обобщить все полученные знания и умения в учебной игре;

Задача: закрепить приобретенные навыки.

Приборы и материалы: спортивный зал; теннисный стол;

Плавание. Лыжный спорт*²

Специализация

Занятия избранным видом спорта. Общая и специальная физическая подготовка в избранном виде спорта. Атлетическая гимнастика. Спортивное совершенствование. Участие в соревнованиях по различным видам спорта. Помощь в судействе по различным видам спорта.

² *Занятия плаванием и лыжной подготовкой предусмотрены вне сетки часов как дополнительные.
Примечание: Занятия плаванием вводятся в практический раздел курса и включаются в сетку часов по решению кафедры физического воспитания при наличии необходимой материально-технической базы.

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

2. Критерии оценивания по формам текущего контроля

На основании разработанной компетентностной модели выпускника образовательные цели представлены в виде набора компетенций как планируемых результатов освоения дисциплины. Определение уровня достижения планируемых результатов освоения дисциплины осуществляется посредством оценки уровня сформированности компетенции и оценки уровня успеваемости обучающегося по пятибалльной системе («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», «зачтено», «не зачтено»).

Основными критериями оценки в зависимости от вида работы обучающегося являются: сформированность компетенций (знаний, умений и навыков), степень владения профессиональной терминологией, логичность, обоснованность, четкость изложения материала, ориентирование в научной и специальной литературе.

Критерии оценивания уровня сформированности компетенций и оценки уровня успеваемости обучающегося

Уровень сформированности компетенции	Уровень освоения модулей дисциплины (оценка)	Критерии оценивания отдельных видов работ обучающихся
		Устный опрос, сообщение по вопросам практических (семинарских) занятий
Высокий	Отлично	Продемонстрированы глубокие знания программного материала, а также сформированность всех дескрипторов компетенции: знаний, умений, навыков. Ответы логически последовательны, содержательны. Стиль изложения материала научный с использованием профессиональной терминологии. Применение умений и навыков, уверенное.
Базовый	Хорошо	Продемонстрированы глубокие знания программного материала, а также успешная сформированность дескрипторов компетенции: знаний, умений, навыков. Ответы логически последовательны, содержательны. Стиль изложения материала научный с использованием профессиональной терминологии. Вместе с тем, студентом допущены ошибки, имеет место пробелы в умениях и навыках.
Пороговый	Удовлетворительно	Продемонстрированы не достаточные знания программного материала, имеются затруднения в понимании сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений. Сформированы дескрипторы компетенции: знания, умения, навыки порогового уровня.
Компетенции не сформированы	Неудовлетворительно	Ответ фрагментарен, нелогичен. Студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими вопросами дисциплины. Терминология не используется. Дескрипторы компетенции: знания, умения, навыки не сформированы (теоретические знания разрознены, умения и навыки отсутствуют) // Либо ответ на вопрос полностью отсутствует или студент отказывается от ответа.

3. Контрольно-измерительные материалы промежуточного контроля (аттестации)

3.1 Формы промежуточного контроля (аттестации):

В процессе изучения данной дисциплины применяются следующие виды промежуточного контроля знаний: **Зачет**.

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

Планируемые результаты обучения по дисциплине

Код	Компетенция
ОК-6	Готовностью выстраивать и реализовывать перспективные линии интеллектуального, культурного, физического и профессионального саморазвития и самосовершенствования
ПСК-3	способность к созданию визуального и текстового формата проекта для средств массовой информации по профилю подготовки

3.2 Перечень вопросов на зачет

Теоретическая часть

1. Место и значение физической культуры и спорта в системе физического воспитания.
2. Физическая культура и спорт как средство сохранения и укрепления здоровья.
3. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении.
4. Содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни.
5. Общая физическая, специальная и спортивная подготовка в системе физического воспитания.
6. Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма.
7. Физиологические системы организма.
8. Методы, используемые для определения уровня физической подготовленности.
9. Практические занятия с элементами обучения методам оценки осанки и телосложения.
10. Функциональная диагностика сердечнососудистой системы.
11. Функциональная диагностика нервной системы
12. Управление самостоятельными занятиями. Определение цели. Корректировка тренировочных планов.
13. Формы и содержание самостоятельных занятий.
14. Возрастные особенности содержания занятий.
15. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности.
16. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.
17. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
18. Участие в соревнованиях в процессе самостоятельных занятий.
19. Прикладные виды спорта и их элементы.
20. Организация процесса обучения. Структура и типы занятий. Проверка самостоятельной работы.

Практическая часть

1. Управление самостоятельными занятиями. Определение цели. Корректировка тренировочных планов: предоставление печатного экземпляра программы индивидуальной тренировки с указанием: антропометрических и физиологических индивидуальных параметров (рост, вес, пол, возраст, давление (норма), хронические заболевания); обоснование выбора направления программы индивидуальной тренировки; комплекс упражнений с указанием их применения; Расписание занятий с расчетом времени одного занятия и количества занятий в неделю.
2. Формы самостоятельных занятий. Содержание самостоятельных занятий: продемонстрировать преподавателю один из подобранных комплексов гимнастических упражнений.

ОПОП	СМК-ФОСД–В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

3. Возрастные особенности содержания занятий: разработка планирования различных видов занятий для формирования физических качеств, для разных возрастных групп; осуществить подбор оптимальных средств и методов для воспитания физических качеств в соответствии с возрастными особенностями учащихся и решаемыми педагогическими задачами (конспект).
4. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий оздоровительной, гигиенической или тренировочной направленности: индивидуальный комплекс утренней гигиенической гимнастики; используя разные источники информации, описать классификацию физкультурно-оздоровительных видов физических упражнений (конспект).
5. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры: индивидуальный режим дня; комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток; комплекс упражнений для формирования правильной осанки (конспект).
6. Участие в соревнованиях в процессе самостоятельных занятий. Прикладные виды спорта и их элементы: выполнение контрольных нормативов с записью в дневнике: Бег 100 м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднятие туловища из положения, лежа на спине (за 1 мин.); сгибание и разгибание рук, в упоре лежа; прыжки через скакалку (за 1 мин.):
7. Организация процесса обучения. Структура и типы занятий. Плотность и педагогический анализ занятия. Проверка самостоятельной работы: доклад, ответы на вопросы.

4. Критерии оценивания по формам промежуточного контроля (аттестации)

Определение уровня достижения планируемых результатов освоения дисциплины (модуля) осуществляется посредством оценки уровня сформированности компетенции и оценки уровня успеваемости обучающегося.

Критерии оценивания уровня сформированности компетенций и оценки уровня успеваемости обучающегося

Уровень сформированности компетенции	Уровень основания дисциплины	Критерии оценивания обучающихся	Критерии оценивания работ обучающихся
		Устный опрос, сообщение по вопросам семинарских (практических) занятий, зачет	Сдача контрольных нормативов (тестов)
Высокий	Зачтено	Продемонстрированы глубокие знания программного материала, а также сформированность всех дескрипторов компетенции: знаний, умений, навыков. Ответы логически последовательны, содержательны. Стиль изложения материала научный	Выполнение 5 контрольных тестов по физической подготовленности на 5 баллов. Студентом продемонстрирована сформированность компетенций (знаний, умений, навыков) по дисциплине. Студентом могут быть допущены отдельные недочеты в определении понятий, исправленные

ОПОП	СМК-ФОСД-В1.П2.-2019
Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.07.01 Общая физическая подготовка направление подготовки 43.03.01 «Сервис», профиль подготовки: «Социально-культурный сервис»	

		с использованием профессиональной терминологии. Применение умений и навыков, уверенное.	студентом самостоятельно.
Базовый	Зачтено	Продемонстрированы глубокие знания программного материала, а также успешная сформированность дескрипторов компетенции: знаний, умений, навыков. Ответы логически последовательны, содержательны. Стилль изложения материала научный с использованием профессиональной терминологии. Вместе с тем, студентом допущены ошибки, имеет место пробелы в умениях и навыках.	Выполнение 5 контрольных тестов по физической подготовленности на 4 балла. Студентом продемонстрирована в целом успешная сформированность компетенций (знаний, умений, навыков) по дисциплине, вместе с тем имеют место отдельные пробелы в умении, студент не вполне осознанно, владеет навыками.
Пороговый	Зачтено	Продемонстрированы не достаточные знания программного материала, имеются затруднения в понимании сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений. Сформированы дескрипторы компетенции: знания, умения, навыки порогового уровня.	Выполнение 5 контрольных тестов по физической подготовленности на 3 балла. Студентом в целом продемонстрирована сформированность компетенций (знаний, умений, навыков) по дисциплине, вместе с тем имеют место несистематическое использование умений и фрагментарное выполнение навыков
Компетенции не сформированы	Не зачтено	Ответ фрагментарен, нелогичен. Студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими вопросами дисциплины. Терминология не используется. Дескрипторы компетенции: знания, умения, навыки не сформированы (теоретические знания разрознены, умения и навыки отсутствуют) // Либо ответ на вопрос полностью отсутствует или студент отказывается от ответа.	Студент не выполнил контрольные тесты по физической подготовленности, имеет пропуски по учебным занятиям. Студентом продемонстрирована неготовность к самостоятельной профессиональной деятельности.