

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Таскаев Сергей Васильевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 17.09.2025 10:47:27

Уникальный программный ключ:

04c19ed8bfb98f3b6cb77a486b9a878808322523

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное

учреждение высшего образования

«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)

Институт образования и практической психологии

Кафедра общей и профессиональной педагогики

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Нутрициология спорта»  
по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Направленность  
(профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 1 из 12

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

**Фонд оценочных средств  
для промежуточной аттестации  
по дисциплине (модулю)  
Нутрициология спорта  
Направление подготовки (специальность)  
подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями  
подготовки)»**

**Направленность (профиль)  
Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт,  
киберспорт)**

**Присваиваемая квалификация  
бакалавр**

**Форма обучения  
очная, заочная**

Челябинск 2025 г.

**44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФОС\_Нутрициология спорта \_очная форма обучения\_2025 год набора**

Проректор по учебной работе утверждено 24.02.25

А.А. Саламатов

Ученым советом института образования и практической психологии

Протокол заседания № 08 от 17.02.2025

Председатель Ученого совета  
института образования и практической  
психологии

согласовано

И.А. Трушина

**Заседанием кафедры общей и  
профессиональной педагогики**

Протокол заседания № 5 от 29.01.2025

Заведующий кафедрой

согласовано

С.А. Курносова

Автор (составитель)

В.Н.Трифорова

**Структура рабочей программы соответствует приказу ректора ФГБОУ ВО «ЧелГУ» от «13»  
апреля 2021 г. № 247-1**



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт образования и практической психологии  
Кафедра общей и профессиональной педагогики

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Нутрициология спорта»  
по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Направленность  
(профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 2 из 12

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

## Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств
2. Перечень формируемых компетенций
  - 2.1. Компетенции, закреплённые за дисциплиной
3. Содержание оценочных средств по дисциплине
  - 3.1. Виды оценочных средств
  - 3.2. Содержание оценочных средств
4. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации
  - 4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации
  - 4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств
  - 4.3. Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт образования и практической психологии  
Кафедра общей и профессиональной педагогики

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Нутрициология спорта»  
по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Направленность  
(профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 3 из 12

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Направление подготовки: *44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)»*

Направленность (профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)

Дисциплина: *Нутрициология спорта*

Семестр изучения: *9*

Форма промежуточной аттестации: *зачет*

## 2. ПЕРЕЧЕНЬ ФОРМИРУЕМЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

### 2.1. Компетенции, закреплённые за дисциплиной

Изучение дисциплины «Нутрициология спорта» направлено на формирование следующих компетенций:

Коды компетенции (по ФГОС)	Содержание компетенций согласно ФГОС	Индикаторы достижения компетенции согласно ОПОП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
1	2		3
УК-7:	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Обладает знаниями здоровьесберегающих технологий для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. УК-7.2. Демонстрирует умения поддержания должного уровня физической подготовленности и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности УК-7.3. Имеет навыки под-	<b>Знать:</b> снижения рисков нарушения безопасности в образовательной среде <b>Уметь:</b> развивать и поддерживать мероприятия по снижению угроз нарушения безопасности в образовательных организациях разного вида и типа <b>Владеть:</b> технологиями обеспечения безопасности и психологической защищенности субъектов образовательной среды.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт образования и практической психологии  
Кафедра общей и профессиональной педагогики

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Нутрициология спорта»  
по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Направленность  
(профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 4 из 12

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

		держания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
ПК-1:	Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	ПК-1.1. имеет представление об основах проектирования и реализации методического обеспечения программ и мероприятий по развитию и социализации обучающихся ПК-1.2. Использует технологии проектирования и реализации методического обеспечения программ и мероприятий по развитию и социализации обучающихся ПК-1.3. применяет навыки проектирования и реализации методического обеспечения программ и мероприятий по развитию и социализации обучающихся	<b>Знать:</b> принципы проектирования и реализации методического обеспечения программ и мероприятий по развитию и социализации обучающихся <b>Уметь:</b> проектировать, и реализовывать программы и мероприятия по развитию и социализации обучающихся <b>Владеть:</b> методическим инструментарием работы по развитию и социализации обучающихся и методами оценки эффективности программ развития и социализации обучающихся



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт образования и практической психологии  
Кафедра общей и профессиональной педагогики

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Нутрициология спорта»  
по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Направленность  
(профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 5 из 12

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

#### 3.1 Виды оценочных средств

№ п / п	Код компетенции/ планируемые результаты обучения	Контролируемые темы/ разделы	Наименование оценочного средства для текущего контроля	Наименование оценочного средства на промежуточной аттестации/№ задания
1	УК-7: Знать: снижения рисков нарушения безопасности в образовательной среде Уметь: развивать и поддерживать мероприятия по снижению угроз нарушения безопасности в образовательных организациях разного вида и типа Владеть: технологиями обеспечения безопасности и психологической защищенности субъектов образовательной среды.	Нутрициология – наука о питании. Основные принципы и правила здорового питания. Классификация пищевых веществ	Практическая работа Темы докладов-презентации	Вопросы для подготовки к зачету



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт образования и практической психологии  
Кафедра общей и профессиональной педагогики

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Нутрициология спорта»  
по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Направленность  
(профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 6 из 12

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

		Иная контактная работа	Практическая работа Темы докладов-презентации	Вопросы для подготовки к зачету



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт образования и практической психологии  
Кафедра общей и профессиональной педагогики

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Нутрициология спорта»  
по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Направленность  
(профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 7 из 12

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

2	<p>ПК-1</p> <p>Знать: принципы проектирования и реализации методического обеспечения программ и мероприятий по развитию и социализации обучающихся</p> <p>Уметь: проектировать, и реализовывать программы и мероприятия по развитию и социализации обучающихся</p> <p>Владеть: методическим инструментарием работы по развитию и социализации обучающихся и методами оценки эффективности программ развития и социализации обучающихся</p>	<p>Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах. Пищевые вещества и их значение в питании.</p>	<p>Практическая работа Темы докладов-презентации</p>	<p>Вопросы для подготовки к зачету</p>
---	--	--	--	--



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт образования и практической психологии  
Кафедра общей и профессиональной педагогики

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Нутрициология спорта»  
по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Направленность  
(профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 8 из 12

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

*Типовые задания, критерии и показатели оценивания в рамках текущего контроля представлены в рабочей программе дисциплины (модуля). Полные комплекты оценочных средств и контрольно-измерительных материалов хранятся на кафедре.*

### 3.2 Содержание оценочных средств

Перечень вопросов к зачету по дисциплине

1. Нутрициология – что это?
2. Пища, пищевые продукты, пищевые вещества
3. Белки, их биологические функции
4. Значение белков в питании спортсмена.
5. Жиры, их биологические функции
6. Жироподобные вещества
7. Углеводы, их биологические функции
8. Классификация углеводов
9. Пищевые волокна и их роль в питании
10. Гликемический индекс
11. Витамины: классификация, их значение
12. Витаминоподобные вещества, их значение
13. Минеральные вещества: их классификация, их функции
14. Питание: полноценное, сбалансированное, рациональное.
15. Режим питания
16. Классические теории питания
17. Альтернативные теории питания
18. Пищеварение
19. Функции пищеварительной системы
20. Пищеварительные ферменты и их особенности
21. Перистальтика и ее значение
22. Структура пищеварительной системы
23. Пробиотики и пребиотики
24. БАДы, пищевые добавки. консерванты
25. Основные положения организации питания юных спортсменов.
26. Питание во время соревнований

#### База тестовых вопросов

№ п/п	Формулировка вопроса	Варианты ответов (полужирным шрифтом – верные варианты)
1	Особая группа пищевых добавок, выпускающаяся преимущественно	<b>а) спортивное питание</b> б) необходимое питание



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт образования и практической психологии  
Кафедра общей и профессиональной педагогики

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Нутрициология спорта»  
по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Направленность  
(профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 9 из 12

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

	для людей, ведущих активный образ жизни, занимающихся спортом и фитнесом и профессиональных спортсменов, при подготовке к соревнованиям:	в) ежедневное питание
2	Питание в соответствии со спортивными принципами:	а) способствует ускоренному утомлению организма <b>б) способствует ускоренному восстановлению организма</b> в) не способствует ускоренному восстановлению организма
3	В России спортивное питание относят к:	а) биологически не активным добавкам. б) лекарственным добавкам <b>в) биологически активным добавкам</b>
	и т.д. ....	

### Проектные задания

Проектные задания обеспечивают включение обучающихся в следующие виды учебной деятельности:

- поиск необходимой информации;
- осмысление теоретического материала;
- логическую обработку и структурирование информации в соответствии с поставленной учебной задачей;
- подготовку и проведение презентации полученных результатов (в том числе в форме фрагмента учебного занятия, тренинга, «круглого стола» и др.).

В ряде проектных заданий предполагается разработка материалов, необходимых для решения конкретных педагогических задач.

Примеры проектных заданий:

1. Составьте программу наблюдения за группой детей (дошкольников, младших школьников).
2. Разработайте закрытую анкету для выявления профессиональных намерений старшеклассников.

## 4. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### 4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации

Оценочные средства представлены базой вопросов для тестирования, контрольными заданиями и проектными заданиями.

Вопросы для тестирования предполагают выбор правильного варианта из



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт образования и практической психологии  
Кафедра общей и профессиональной педагогики

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Нутрициология спорта»  
по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Направленность  
(профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 10 из 12

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

предложенных (позволяют оценить пороговый уровень освоения компетенции).

Контрольное задание предполагает развёрнутый ответ и требует анализа теоретической информации или её применения для решения задачи практического характера (служат для оценивания базового уровня освоения компетенции).

Проектное задание предполагает творческое использование теоретических знаний для решения задач практического характера или для разработки средств профессиональной деятельности, для проектирования профессиональной деятельности в соответствии с заданной педагогической ситуацией (позволяют оценить продвинутый уровень освоения компетенции).

Фонд оценочных средств включает комплекс разноуровневых заданий, позволяющих оценить регулярную работу студента, направленную на формирование компетенций и достижение планируемых результатов обучения.

Оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учётом их индивидуальных психофизических особенностей

#### **4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств.**

При оценивании сформированных компетенций учитываются следующие критерии:

1) качество выполнения практических заданий.

Критериальные показатели к уровням освоения программы

«Отлично» - студент глубоко и полно владеет содержанием учебного материала и понятийным аппаратом; умеет связывать теорию с практикой, иллюстрировать примерами, фактами, данными научных исследований; логично, четко, ясно и кратко излагает ответы на дополнительные вопросы; ответ носит самостоятельный характер.

«Хорошо» - ответ студента соответствует указанным выше критериям, но содержание ответа имеет отдельные неточности (несущественные ошибки) в изложении теоретического и практического материала, отличается меньшей обстоятельностью, глубиной, обоснованностью и полнотой; допущенные ошибки исправляются студентом после дополнительных вопросов экзаменатора.

«Удовлетворительно» - студент обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности и существенные ошибки в определении понятий, формулировке положений; не умеет применять знания для объяснения фактов, не умеет обосновать свои суждения; наблюдается нарушение логики изложения; ответ отличается низким уровнем самостоятельности.

«Неудовлетворительно» - студент имеет разрозненные, бессистемные знания; допускает ошибки в определении понятий, формулировке теоретических положений, искажающих их смысл; беспорядочно и неуверенно излагает материал; не умеет соединять теоретические положения с практикой; студент отказался от ответа на экзаменационный билет или пользовался «шпаргалкой».



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт образования и практической психологии  
Кафедра общей и профессиональной педагогики

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Нутрициология спорта»  
по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Направленность  
(профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1	стр. 11 из 12	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____
----------------------	---------------	------------------------	---------------

При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены ЧелГУ или могут использоваться собственные технические средства.

### **4.3. Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций**

Особенности проведения процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья обозначены в рабочей программе дисциплины (модуля).

Уровни сформированности компетенций определяется следующим образом:

1. Высокий уровень сформированности компетенций соответствует оценке отлично:
  - предполагает формирование компетенций на высоком уровне, готовность к самостоятельной профессиональной деятельности: формируются навыки составления информационных обзоров по национальной и международной практике аудита, навыки систематизации данных, необходимых для решения экономических задач
  - студент способен аргументировать собственную точку зрения по дискуссионным вопросам дисциплины, решать ситуационные задачи, критически оценивать информацию о состоянии и проблемах развития аудиторской деятельности, формулировать собственные выводы.
2. Средний уровень соответствует оценке хорошо:
  - предполагает формирование компетенций на более высоком уровне: формируется комплексное знание особенностей применения и понимания национальных и международных стандартов аудита, умение сбора, анализа и обработки данных, необходимых для решения ситуаций в процессе аудиторских проверок;
  - студент способен давать развернутые ответы на теоретические вопросы дисциплины на уровне не ниже оценки «удовлетворительно».
3. Базовый уровень соответствует оценке удовлетворительно:
  - предполагает формирование компетенций на начальном уровне: знание основных положений национальных и международных стандартов аудиторской деятельности;
  - студент способен отвечать на вопросы в форме закрытого теста. Количество правильных ответов – не менее 50%.
4. Низкий уровень соответствует оценке неудовлетворительно.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт образования и практической психологии  
Кафедра общей и профессиональной педагогики

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Нутрициология спорта»  
по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Направленность  
(профиль) Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 12 из 12

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_