

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

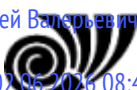
ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 02.06.2026 08:40:12

Уникальный программный ключ:

04c19ed8bfb98f3b6cb77a486b9a8788b8322323



МИНОБРАЗОВАНИЯ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное

учреждение высшего образования

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

Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.03.01 Лёгкая атлетика.
Направление подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм".
Направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 1

**Фонд оценочных средств
для промежуточной аттестации
по дисциплине (модулю)**

Б1.О.03.01 Лёгкая атлетика

Направление подготовки (специальность)

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Направленность (профиль)

Менеджмент индустрии спорта и туризма

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очная

Год(ы) набора 2026

Челябинск 2026 г.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.03.01 Лёгкая атлетика.
Направление подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм".
Направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 3

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 уровня сформированности компетенций



1. Паспорт фонда оценочных средств

Направление подготовки (специальность): 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Направленность (профили): Менеджмент индустрии спорта и туризма

Дисциплина: Б1.О.03.01 Лёгкая атлетика

Семестры изучения: 2

Форма промежуточной аттестации: 2 семестр – зачет

2. Перечень формируемых компетенций

2.1 Компетенции, закреплённые за дисциплиной

Изучение дисциплины Б1.О.03.01 Лёгкая атлетика:

<p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.</p>	<p>УК-7.1. Обладает знаниями здоровьесберегающих технологий для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> <p>УК-7.2. Демонстрирует умения поддержания должного уровня физической подготовленности и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> <p>УК-7.3. Имеет навыки поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной</p>	<p>Знать: здоровьесберегающие технологии для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> <p>Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> <p>Владеть: навыками поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>
--	--	---



	социальной и профессиональной деятельности.	
ОПК-4. Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения.	ОПК-4.1. Демонстрирует знания особенностей проведения тренировочных занятий на этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта, особенности построения соревновательной деятельности. Воспитания у занимающихся социально-значимые личностные качества, проведение профилактики негативного социального поведения. ОПК-4.2. Осуществляет разработку программ тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта; применять методы организации, контроля и оценки деятельности занимающихся на занятиях, для коррекции процесса подготовки по избранному виду спорта. ОПК-4.3. Демонстрирует способности проведения тренировочных занятий различной направленности и воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального	Знать: особенности проведения тренировочных занятий на этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта, особенности построения соревновательной деятельности. Воспитания у занимающихся социально-значимые личностные качества, проведение профилактики негативного социального поведения. Уметь: разработать программы тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта; применять методы организации, контроля и оценки деятельности занимающихся на занятиях, для коррекции процесса подготовки по избранному виду спорта. Владеть: формами, средствами и методами проведения тренировочных занятий различной направленности и воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.03.01 Лёгкая атлетика.
Направление подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм".
Направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 6

	поведения.	
ОПК-6. Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.	ОПК-6.1. Демонстрирует знание основ безопасности жизнедеятельности, профилактики травматизма при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью, правил оказания первой доврачебной помощи. ОПК-6.2. Осуществляет соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-6.3. Обеспечивает создание и поддержание безопасных условий жизнедеятельности, соблюдение техники безопасности, оказания первой помощи в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	Знать: основы безопасности жизнедеятельности, профилактики травматизма при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью, правил оказания первой доврачебной помощи. Уметь: Соблюдать технику безопасности, осуществлять профилактику травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Владеть: Способностью обеспечивать создание и поддержание безопасных условий жизнедеятельности, соблюдать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
ПК-3. Способен проводить планирование и методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения.	ПК-3.1. Знает особенности планирования и методического сопровождения физической подготовки и физического развития населения. ПК-3.2. Умеет проводить планирование и методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения.	Знать: особенности планирования и методического сопровождения физической подготовки и физического развития населения. Уметь: проводить планирование и методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения. Владеть: методами планирования



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.03.01 Лёгкая атлетика.
Направление подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм".
Направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 7

	ПК-3.3. Владеет методами планирования и методического сопровождения физической подготовки и физического развития населения.	и методического сопровождения физической подготовки и физического развития населения.
ПК-4. Способен организовать проведение тренировочных, соревновательных мероприятий со спортсменами команды субъекта.	ПК-4.1. Знает теорию и практику организации системы отбора спортсменов в основной и резервный составы команды субъекта. ПК-4.2. Умеет проводить анализ данных профильной информационной системы по виду спорта, базы протоколов официальных соревнований для формирования базы перспективных спортсменов для зачисления в состав команды субъекта. ПК-4.3. Владеет методами проведения отбора спортсменов в основной и резервный составы команды субъекта.	Знать: теорию и практику организации системы отбора спортсменов в основной и резервный составы команды субъекта. Уметь: проводить анализ данных профильной информационной системы по виду спорта, базы протоколов официальных соревнований для формирования базы перспективных спортсменов для зачисления в состав команды субъекта. Владеть: методами проведения отбора спортсменов в основной и резервный составы команды субъекта.

3. Содержание оценочных средств по дисциплине

3.1 Виды оценочных средств

Код, наименование компетенции согласно ФГОС	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	Контролируемые темы/разделы (номер и название раздела из РПД п.2.2)	Семестр	Номер задания	Наименование оценочного средства
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической	Знать: здоровьесберегающие технологии для поддержания должного	Тема 1. История развития лёгкой атлетики. Тема 2. Основы техники лёгкоатлетически	2		Письменная работа (реферат) Тестовый



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.03.01 Лёгкая атлетика.
Направление подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм".
Направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 8

<p>подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, в том числе при угрозе и возникновении и чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.</p>	<p>уровня физической и функциональной подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> <p>Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности и функциональной подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> <p>Владеть: навыками поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>х видов.</p> <p>Тема 3. Основы тренировки в легкой атлетике.</p> <p>Тема 4. Средства и методы спортивного отбора юных легкоатлетов.</p> <p>Тема 5. Техника и методика обучения видов легкой атлетики.</p> <p>Тема 6. Техника и методика обучения легкоатлетическому бегу и ходьбе.</p> <p>Тема 7. Техника и методика обучения легкоатлетическим прыжкам.</p> <p>Тема 8. Техника и методика обучения легкоатлетическим метаниям.</p>			<p>контроль знаний</p>
<p>ОПК-4. Способен в процессе</p>	<p>Знать: особенности</p>		<p>2</p>		



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.03.01 Лёгкая атлетика.
Направление подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм".
Направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 9

<p>физкультурно-спортивной деятельности воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику у негативного социального поведения.</p>	<p>проведения тренировочных занятий на этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта, особенности построения соревновательной деятельности. Воспитания у занимающихся социально-значимые личностные качества, проведение профилактики негативного социального поведения.</p> <p>Уметь: разработать программы тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта; применять методы организации, контроля и оценки</p>				
--	---	--	--	--	--



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Факультет индустрии спорта и туризма

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине Б1.О.03.01 Лёгкая атлетика.
Направление подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм".
Направленности (профилю) Менеджмент индустрии спорта и туризма ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 10

	<p>деятельности занимающихся на занятиях, для коррекции процесса подготовки по избранному виду спорта.</p> <p>Владеть: формами, средствами и методами проведения тренировочных занятий различной направленности и воспитывать у занимающихся социально- значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения.</p>				
<p>ОПК-6. Способен в процессе физкультурно- спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактик у травматизма, оказывать</p>	<p>Знать: основы безопасности жизнедеятельно- сти, профилак- тики травматиз- ма при занятиях физкультурно- спортивной дея- тельностью, правил оказания первой довра- чебной помощи.</p> <p>Уметь: Соблю-</p>		2		



<p>первую доврачебную помощь.</p>	<p>дать технику безопасности, осуществлять профилактику травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Владеть: Способностью обеспечивать создание и поддержание безопасных условий жизнедеятельности, соблюдать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности.</p>				
<p>ПК-3. Способен проводить планирование и методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения.</p>	<p>Знать: особенности планирования и методического сопровождения физической подготовки и физического развития населения.</p> <p>Уметь: проводить планирование и</p>		2		



	<p>методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения.</p> <p>Владеть: методами планирования и методического сопровождения физической подготовки и физического развития населения.</p>				
<p>ПК-4. Способен организовать проведение тренировочных, соревновательных мероприятий со спортсменами и команды субъекта.</p>	<p>Знать: теорию и практику организации системы отбора спортсменов в основной и резервный составы команды субъекта.</p> <p>Уметь: проводить анализ данных профильной информационной системы по виду спорта, базы протоколов официальных соревнований для формирования базы перспективных спортсменов для зачисления в</p>		2		



	состав команды субъекта. Владеть: методами проведения отбора спортсменов в основной и резервный составы команды субъекта.				
--	--	--	--	--	--

3.2 Содержание оценочных средств

Темы письменных работ:

Темы для письменной работы (реферат) по дисциплине – Лёгкая атлетика:

1. История развития легкой атлетики в России.
2. Правила соревнований в легкой атлетике.
3. Техника выполнения легкоатлетических упражнений (бег на короткие дистанции, средние дистанции, длинные дистанции, прыжки, метания).
4. Спортивные достижения, выдающиеся легкоатлеты.
5. Правила и техника безопасности при занятиях легкоатлетическими упражнениями.
6. Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма.
7. Лёгкая атлетика в системе физического воспитания.
8. Лёгкая атлетика: история, виды, техника ходьбы.
9. Лёгкая атлетика: история, виды, техника бега.



10. Лёгкая атлетика: история, виды, техника прыжков.
11. Лёгкая атлетика: история, виды, техника метаний.
12. Лёгкая атлетика в Челябинской области.
13. Лёгкая атлетика. Челябинские спортсмены – победители крупнейших мировых соревнований.
14. Организация соревнований по эстафетному бегу (круговая, встречная, линейная, комбинированная, эстафета «Веселые старты»).
15. Гигиеническое обеспечение в лёгкой атлетике.
16. Бег на короткие дистанции (100 м, 200 м, 400 м), к нестандартным дистанциям можно отнести 30 м, 60 м, 300 м.
17. Бег на средние дистанции (800 м, 1500 м, 3000 м),
18. Бег на средние дистанции дополнительно можно выделить 600, 1000, 1610 м (миля), 2000 м.
19. Бег на длинные дистанции (5000 м, 10000 м, 42195 м).
20. Бег с препятствиями (стипель-чез) 2000 м в манеже и 3000 м на открытом стадионе.
21. Бег с барьерами (женщины – 100 м, мужчины – 110 м, 400 м).
22. Эстафетный бег (4×100 метров, 4×400 метров).
23. Прыжок в высоту – дисциплина лёгкой атлетики, которая относится к вертикальным прыжкам технических видов.
24. Прыжок с шестом – техническая дисциплина, которая относится к вертикальным прыжкам.
25. Прыжок в длину относится к горизонтальным прыжкам и требует от спортсменов спринтерских качеств и прыгучести.



26. Тройной прыжок состоит из разбега, трех чередующихся прыжков и приземления.
27. Разработка методики развития отдельных двигательных способностей в процессе обучения легкоатлетическим упражнениям.
28. Совершенствование методики проведения учебных занятий по лёгкой атлетике в общеобразовательной школе (с включением собственного педагогического опыта).
29. Особенности организации и проведения внеклассной работы по лёгкой атлетике в общеобразовательной школе.
30. Методика проведения занятий по лёгкой атлетике в дошкольных учреждениях.
31. Организация занятий по лёгкой атлетике в дошкольных учреждениях.
32. Характеристика спортивно-прикладных видов легкоатлетических упражнений и их влияние на подготовку спортсменов в различных видах спорта.
33. Современные тенденции развития лёгкой атлетики.
34. Влияние отдельных видов лёгкой атлетики на развитие профессиональных и двигательных способностей.
35. Предупреждение травматизма на занятиях по лёгкой атлетике.
36. Педагогический анализ программ по лёгкой атлетике.
37. Анализ материала по лёгкой атлетике в программах по физической культуре общеобразовательной школы.
38. Анализ современного состояния развития лёгкой атлетики (по материалам спортивных соревнований различного уровня).
39. Исследования взаимосвязи координации движения с отдельными показателями умственных способностей.



40. Лёгкой атлетика на Олимпийских играх, Чемпионатах мира и Европы, Играх доброй воли (исторический обзор).
41. Особенности физического развития юных легкоатлетов.
42. Возрастная динамика развития двигательных способностей у занимающихся лёгкой атлетикой.
43. Исследование работоспособности у юных легкоатлетов.
44. Методика ориентации и отбора детей в ДЮСШ на отделение лёгкой атлетики.
45. Особенности проведения уроков по лёгкой атлетике в различных классах общеобразовательной школы.
46. Методы повышения двигательной плотности занятий по лёгкой атлетике с учащимися различных возрастных групп.
47. Организация и проведение соревнований по лёгкой атлетике.
48. Лёгкая атлетика в системе подготовки учителя физической культуры.
49. Регуляция нагрузки и отдыха в процессе урока по лёгкой атлетике с учётом индивидуального предела допустимых нагрузок.
50. Управление вниманием, памятью на движения, эмоциями и волей в процессе обучения занимающихся новому упражнению и в течение всего урока.
51. Способы управления занимающимися в ходе урока и особенности их применения в различных ситуациях на уроке различными категориями занимающихся.
52. Возможности введения в урок теоретического раздела лёгкой атлетики.
53. Система домашних заданий по лёгкой атлетике и их эффективность.



54. Взаимоотношения между учителем и учениками в процессе урока, дифференцированный, индивидуальный и личностный подход учителя к занимающимся.

55. Содержание урока лёгкой атлетики и его отдельных частей.

56. Планирование последовательности изучения легкоатлетических упражнений с учётом переноса эффекта (положительного, отрицательного) от овладения одним упражнением на другое – последующее.

Тестовый материал к зачету:

ТЕСТОВЫЙ ОПРОС УРОВНЯ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ И МЕТОДИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА

Тестовые задания

1. Адаптивная двигательная рекреация – это

А) компонент адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в

состоянии здоровья (включая инвалидов) в смене вида деятельности;

Б) компонент адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в

состоянии здоровья (включая инвалида) в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности,

получении удовольствия, в общении;

В) совокупность движений, направленных на достижение определенной цели, то есть процесс многократного повторения

определенной деятельности на фоне постоянного контроля ее эффективности;



Г) совокупность физиологических реакций, обеспечивающих приспособление строение и функций организма или его органа к изменению окружающей среды.

2. Институциональные черты адаптивной физической культуры – это

А) выполнение функций только физического воспитания спорта;

Б) наличие инфраструктуры и адекватной материальной базы;

В) наличие нормативно-правовой базы;

Г) формирование профессионального кадрового обеспечения.

3. Адаптивное физическое воспитание (образование) – это

А) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности;

Б) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности, в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре;

В) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности спортсмена в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности, в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре;

Г) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности спортсмена в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.



4. К наглядным методам обучения относятся

- А) метод демонстраций;
- Б) метод иллюстраций;
- В) метод передачи информации;
- Г) психорегулирующая тренировка.

5. Какие существуют уровни принципов адаптивной физической культуры

- А) общеметодические;
- Б) социально-методические;
- В) социальные;
- Г) специально-методические;
- Д) специально-социальные.

6. Как рассматривается подготовка к соревнованиям с точки зрения концепции адаптивной физической культуры

- А) как врачебно-педагогический процесс;
- Б) как реабилитационный процесс;
- В) как социально-адаптивный процесс;
- Г) как тренировочный процесс.

7. На каких областях знаний базируется адаптивная физическая культура



- А) коррекционной педагогике;
- Б) медицине;
- В) микробиологии;
- Г) физической культуре.

8. Что составляет сущностную основу адаптивного спорта?

- А) совершенствование индивидуальной спортивной техники за счет сохраненных функций; Б) соревновательная деятельность;
- В) удовлетворение потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в общении;
- Г) удовлетворение потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в отдыхе;
- Д) целенаправленная подготовка к соревновательной деятельности.

9. Что такое адаптивная физическая реабилитация

- А) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в повышенном напряжении;
- Б) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в риске, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях;
- В) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства;



Г) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в лечении, восстановлении у него временно утраченных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срока.

10. Что такое аутогенная тренировка?

- А) процесс освоения социально-культурного опыта, подготовка к самостоятельной жизни в обществе;
- Б) психорегулирующая тренировка;
- В) система приемов самовнушения, специальных средств релаксации, заимствованных из психогигиены, психологии и медицины;
- Г) устные сообщения: отчеты, самоприказы, самооценки.

4. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации

4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации

В течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, применяется балльно-рейтинговая система оценки достижений студента. Для получения зачета студенту необходимо набрать не менее **50 баллов** из 100 возможных.

В рамках **текущего контроля** в течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, учитывается уровень владения теоретическими и методическими знаниями по предмету «Лёгкая атлетика» (лекционный курс), показ двигательных умений и навыков.

Критерием успешности освоения учебного материала **по окончании учебного семестра** (промежуточная аттестация) является экспертная оценка преподавателя, учитывающая: владение двигательными умениями и



навыками, уровень владения теоретическими и методическими знаниями по предмету «Лёгкая атлетика». Экспертная оценка преподавателя может основываться на регулярности посещения обязательных учебных занятий, успешности выполнения установленных на данный семестр объёмов рабочей программы.

Перечень требований и тестов по каждому разделу, система их оценки в баллах разрабатываются кафедрой физического воспитания и спорта в структуре 100-балльной системы.

Итогом теоретической подготовки является проведение тестирования уровня владения теоретическими и методическими знаниями по предмету «Лёгкая атлетика» и написание реферативной работы, защита которой происходит в период зачетной сессии. В реферативной работе студент должен показать умение выявлять и формулировать актуальные для теории и практики физической культуры и спорта цели и задачи, анализировать учебную, научную и методическую литературу, материалы, отражающие практику физкультурно-спортивной деятельности, интерпретировать и оформлять результаты изучаемого материала, делать выводы и давать практические рекомендации по изучаемой теме.

Работа должна включать обоснование выбора темы и ее актуальность, постановку задач, обзор информационных источников, описание методов и результатов исследования, обсуждение полученных данных и библиографический указатель, приложения.

Объём работы должен быть 15-20 страниц стандартизованного текста компьютерной верстки, выполненный в соответствии с ГОСТом.

По согласованию с преподавателем допускается представление реферативной работы в электронном виде, в форме презентаций, видеofilьмов, разрешается использование для подготовки работы Интернет-ресурсов с указанием полного URL-адреса первоисточника информации. Возможен самостоятельный выбор студентом темы реферативной работы, согласованной с преподавателем. При очевидных некорректных



заимствованиях чужого текста в объёме свыше 40% контрольной работы, выявленных при использовании программы «анти-плагиат» преподаватель имеет право отказать обучающемуся в данной форме контроля.

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств

4.2.1. Критерии оценивания показа двигательных умений и навыков

Максимальный балл за показ двигательных умений и навыков – 20 баллов.

Оценка	Отлично/ зачтено/	Хорошо/ зачтено/	Удовлетворительно /зачтено/	Неудовлетворительно /не зачтено/
Баллы	18-20 баллов	15-17 баллов	10-14 баллов	0-9 баллов
Уровень освоения проверяемых компетенций	высокий	средний	базовый	низкий
Критерий оценивания	двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко	двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений	двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению	двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко



4.2.2. Критерии оценивания письменной работы (реферата)

Максимальный балл за письменную работу – 40 баллов.

Оценивается умение найти в отечественной и зарубежной литературе, в том числе в сети Интернет и выделение наиболее важных и современных работ по теме реферата, структурирование изложения темы, а также уровень владения понятиями, качество представления работы, умение ответить на вопросы.

Оценка	Отлично/ зачтено/	Хорошо/ зачтено/	Удовлетворительно /зачтено/	Неудовлетворительно /не зачтено/
Баллы	36-40 баллов	28-35 баллов	10-27 баллов	0-9 баллов
Уровень освоения проверяемых компетенций	высокий	средний	базовый	низкий
Критерий оценивания	Знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы на вопросы. Обучающийся демонстрирует	Знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание работы, однако имеются определенные затруднения в ответе на уточняющие	Знания имеют фрагментарный характер, имеются определенные неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы. При ответе на вопросы обучающийся не может обосновать	Не раскрыто содержание реферата, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов. Допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы. Обучающийся обнаруживает неумение оперировать научной терминологией,



	способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями. Реферат иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения.	вопросы. В реферате имеют место несущественные фактические неточности. Недостаточно раскрыто содержание реферата.	закономерности, принципы, объяснить суть явления. Обучающимся допущены фактические ошибки. Обучающийся продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.	незнание положений существующих научных теорий. В ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний. На большую часть вопросов преподавателя студент затрудняется дать ответ или дает неверные ответы. Из представления реферата видно, что студент слабо ориентируется в тексте.
--	--	---	--	--

4.3. Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций

При подведении итогов учитываются результаты текущей аттестации. Полученные за текущую аттестацию баллы суммируются с баллами, полученными за каждый этап при прохождении промежуточной аттестации:

0-49 баллов – неудовлетворительно (не зачтено);

50-69 баллов – удовлетворительно (зачтено);

70-90 баллов – хорошо (зачтено);



91-100 баллов – отлично (зачтено).

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 готовность к самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности:

Знать:

- значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации;
- критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы);
- особенности объединения разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности;
- особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах спортивной подготовки;
- особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах спортивной подготовки;
- анатомио-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду;



- научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в избранном виде спорта (далее – ИВС);
- особенности детей, одаренных в ИВС;
- методики массового и индивидуального отбора в ИВС;
- умение проявлять уважение к людям и поддерживать доверительные партнёрские отношения и осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий двигательной рекреацией и туризмом.

Уметь:

- ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации;
- проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов;
- определять анатомо-физиологические показатели физического развития спортсменов;
- подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;
- использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом;
- определять показатели и критерии начального отбора в ИВС;
- интерпретировать результаты тестирования в ИВС;
- использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию.

Владеть:



- технологией проведения антропометрических измерений для оценки физического развития спортсмена;
- методами проведения оценки функционального состояния спортсмена;
- основами применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта;
- методикой обоснования подходов к отбору на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду;
- технологией проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС;
- техникой выявления наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования;
- правилами проведения набора и отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду.

2. Средний уровень соответствует оценке хорошо, предполагает формирование компетенций на более высоком уровне:

- неполные, но достаточные знания по дисциплине «Лёгкая атлетика»;
- владение хорошими навыками выполнения базовых комплексов двигательной умений по данному предмету;
- умение применять базовые приёмы в единоборствах;
- умение и владение средствами и методами организации и проведения тренировочных занятий по единоборствам.

3. Базовый уровень соответствует оценке удовлетворительно, предполагает формирование компетенций на начальном уровне:

- удовлетворительные знания теоретических и практических основ дисциплины «Лёгкая атлетика»;



– умение применять в ограниченном количестве ситуаций методы и средства познания, обучения по дисциплине «Лёгкая атлетика»;

– владение некоторыми навыками выполнения основных тренировочных упражнений по дисциплине «Лёгкая атлетика».

4. Низкий уровень соответствует оценке неудовлетворительно, не сформирован начальный уровень компетенций:

– незнание теоретических вопросов по дисциплине «Лёгкая атлетика»;

– незнание теоретических и практических основ по дисциплине «Лёгкая атлетика»;

– неумение применять методы и средства познания, обучения для развития профессиональной компетенции и сохранения здоровья в рамках организации тренировочного процесса по дисциплине «Лёгкая атлетика»;

– отсутствие навыков выполнения основных физических упражнений по единоборствам;

– не владеет основными способами работы в коллективе во время занятий.