

**Приложение к рабочей программе дисциплины**  
**Элективный модуль по физической культуре и спорту**  
**Занятия в специализированных спортивных секциях**

Направление подготовки – 05.03.06 Экология и природопользование  
Направленность (профиль) – Экология и природопользование  
Учебный план 2023 года разработки

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**1 Назначение фонда оценочных средств (ФОС) по дисциплине**

ФОС элективного модуля по дисциплине – это совокупность контрольных материалов, предназначенных для измерения уровня достижения обучающимися установленных результатов обучения, а также уровня сформированности универсальной компетенции УК-7, закреплённой за дисциплиной. ФОС используется при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Задачи ФОС:

- управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений и навыков при формировании компетенций, определенных в ФГОС ВО по данному направлению подготовки;
- оценка достижений обучающихся в процессе изучения дисциплины с выделением положительных/отрицательных результатов и планирование предупреждающих/корректирующих мероприятий;
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение в образовательный процесс инновационных методов обучения;
- осуществление контроля физической подготовки обучающихся по курсу занятий в специализированных спортивных секциях

**2 Структура ФОС и применяемые методы оценки полученных знаний**

**2.1 Общие сведения о ФОС**

ФОС позволяет оценить освоение всех указанных в рабочей программе дескрипторов компетенции УК-7, установленной ОПОП и сформулированной следующим образом: «способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности».

Структурными элементами ФОС по дисциплине являются: ФОС для проведения текущего контроля (контрольные материалы по самоподготовке, показатели физической подготовленности); ФОС для проведения промежуточной аттестации (тестирование основных физических качеств по нормативам спортивных секций); методические материалы, определяющие процедуру оценивания.

**Применяемые методы оценки полученных знаний по разделам дисциплины**

Раздел (тема)	Текущая аттестация (задания, работы)		Промежуточная аттестация
	Задания для самоподготовки обучающихся	Тестирование (нормативы)	
Спортивная секция по футболу			
Раздел 1. Футбол			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по футболу	+	+	Зачет
Тема 2-3. Совершенствование техники приема , ведения и передачи мяча	+	+	Зачет
Тема 4-5. Совершенствование техники удара по летящему мячу, набивания мяча, жонглирование мячом	+	+	Зачет
Тема 6-8. Тактика нападения. Совершенствование техники выполнения удара по воротам. Совершенствование техники игры вратаря	+	+	Зачет
Тема 9-11. Совершенствование техники передачи мяча в парах, тройках. Совершенствование техники удара мяча по воротам с разных позиций	+	+	Зачет
Тема 12-14. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Совершенствование техники ведения, остановки (прием) мяча	+	+	Зачет
Тема 15-17. Тактика игры. Выполнение упражнений с отбором мяча, обманных движений. Судейство	+	+	Зачет
Спортивная секция по волейболу			
Раздел 2. Волейбол			
Тема 18-19.Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по волейболу. Освоение навыков передачи мяча	+	+	Зачет
Тема 20-21. Совершенствование техники верхней и нижней передачи мяча в волейболе в парах и тройках, через сетку	+	+	Зачет
Тема 22-23. Совершенствование техники верхней и нижней прямой подачи мяча по зонам	+	+	Зачет
Тема 24-25. Совершенствование техники нападающего удара. Способы блокирования мяча	+	+	Зачет

Тема 26-27. Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах, тройках, через сетку	+	+	Зачет
Тема 28-30. Двухсторонняя игра. Тактика защиты и нападения. Совершенствование техники прямых и боковых нападающих ударов	+	+	Зачет
Тема 31-33. Совершенствование групповых действий в нападении и защите. Практика судейства. Двухсторонняя игра по правилам	+	+	Зачет
<b>Спортивная секция по баскетболу</b>			
<b>Раздел 3. Баскетбол</b>			
Тема 34-35. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по баскетболу. Стойки и перемещения баскетболиста	+	+	Зачет
Тема 36-37. Техника выполнения ловли и передачи мяча. Совершенствование техники броска мяча (с места, в движении, прыжком)	+	+	Зачет
Тема 38-39. Совершенствование техники ведения мяча, бросков с двойного шага, бросков в прыжке	+	+	Зачет
Тема 40-42. Совершенствование техники защиты: перехват, накрывание и т.д. Совершенствование техники передвижений	+	+	Зачет
Тема 43-45. Совершенствование тактики игры в нападении. Совершенствование техники перемещения и владения мячом, бросков в корзину	+	+	Зачет
Тема 46-48. Совершенствование техники игры в защите – перехват, прием, применяемые против броска, накрывание	+	+	Зачет
Тема 49-51. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Судейство	+	+	Зачет
<b>Спортивная секция по теннису</b>			
<b>Раздел 4 Настольный теннис</b>			
Тема 52-53. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях настольным теннисом. Обучение технике игры	+	+	Зачет
Тема 54-55. Совершенствование техники передвижения в одиночной и парной игре	+	+	Зачет
Тема 56-57. Совершенствование технических приемов выполнения ударов в настольном теннисе	+	+	Зачет

Тема 58-59. Совершенствование технических приемов выполнения подач в одиночной и парной игре	+	+	Зачет
Тема 60-61. Освоение тактических приемов ведения одиночной и парной игры	+	+	Зачет
Тема 62-64. Совершенствование техники одиночной и парной игры в настольном теннисе	+	+	Зачет
Тема 65-67. Практика судейства. Двухсторонняя игра по правилам	+	+	Зачет

## 2.2 Оценочные материалы для проведения текущего контроля

### Входной контроль

Виды испытаний	Пол	Нормативы, оценка				
		5	4	3	2	1
<i>Общая физическая подготовленность:</i> Тест Купера (12 мин, км)	Юн.	>2,8	2,5-2,7	2,0-2,4	1,6-1,9	<1,5
	Дев.	>2,6	2,16-2,64	1,85-2,15	1,5-1,84	<1,4
<i>Силовая подготовка:</i> - сгибание и разгибание рук на высокой перекладине, - сгибание и разгибание рук на низкой перекладине высотой 90 см в положении лежа (кол-во, раз)	Юн.	16	14	12	10	8
	Дев.	24	20	16	12	10
<i>Гибкость:</i> наклонтуловища вперед из положения стоя	Юн.	19	16	13	10	7
	Дев.	20	18	14	11	8

Тесты считаются пройденными, если обучающиеся показали результаты выше среднего (оценка 3 балла)

### Задания для самоподготовки обучающихся

Осуществление самоподготовки по курсу занятий в специализированных спортивных секциях происходит в виде регулярных самостоятельных занятий и контроля результатов унифицированных проб и тестов, доступных к самостоятельному выполнению: динамики скоростных, силовых показателей и оценки выносливости и ловкости, имеющих свои характеристики и проявления в различных видах спорта. Полученные данные заносятся в личный дневник самоконтроля студента.

Тема занятия
<b>Спортивная секция по футболу</b>
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по футболу
Тема 2-3. Совершенствование техники приема, ведения и передачи мяча

Тема 4-5. Совершенствование техники удара по летящему мячу, набивания мяча, жонглирование мячом
Тема 6-8. Тактика нападения. Совершенствование техники выполнения удара по воротам. Совершенствование техники игры вратаря
Тема 9-11. Совершенствование техники передачи мяча в парах, тройках. Совершенствование техники удара мяча по воротам с разных позиций
Тема 12-14. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Совершенствование техники ведения, остановки (прием) мяча
Тема 15-17. Тактика игры. Выполнение упражнений с отбором мяча, обманных движений. Судейство
<b>Спортивная секция по волейболу</b>
Тема 18-19. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по волейболу. Освоение навыков передачи мяча
Тема 20-21. Совершенствование техники верхней и нижней передачи мяча в волейболе в парах и тройках, через сетку
Тема 22-23. Совершенствование техники верхней и нижней прямой подачи мяча по зонам
Тема 24-25. Совершенствование техники нападающего удара. Способы блокирования мяча
Тема 26-27. Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах, тройках, через сетку
Тема 28-30. Двухсторонняя игра. Тактика защиты и нападения. Совершенствование техники прямых и боковых нападающих ударов
Тема 31-33. Совершенствование групповых действий в нападении и защите. Практика судейства. Двухсторонняя игра по правилам
<b>Спортивная секция по баскетболу</b>
Тема 34-35. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по баскетболу. Стойки и перемещения баскетболиста
Тема 36-37. Техника выполнения ловли и передачи мяча. Совершенствование техники броска мяча (с места, в движении, прыжком)
Тема 38-39. Совершенствование техники ведения мяча, бросков с двойного шага, бросков в прыжке
Тема 40-42. Совершенствование техники защиты: перехват, накрывание и т.д. Совершенствование техники передвижений
Тема 43-45. Совершенствование тактики игры в нападении. Совершенствование техники перемещения и владения мячом, бросков в корзину
Тема 46-48. Совершенствование техники игры в защите – перехват, прием, применяемые против броска, накрывание
Тема 49-51. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Судейство
<b>Спортивная секция по теннису</b>
Тема 52-53. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях настольным теннисом. Обучение технике игры
Тема 54-55. Совершенствование техники передвижения в одиночной и парной игре
Тема 56-57. Совершенствование технических приемов выполнения ударов в настольном теннисе
Тема 58-59. Совершенствование технических приемов выполнения подач в одиночной и парной игре
Тема 60-61. Освоение тактических приемов ведения одиночной и парной игры
Тема 62-64. Совершенствование техники одиночной и парной игры в настольном теннисе
Тема 65-67. Практика судейства. Двухсторонняя игра по правилам

Критерии оценивания самоконтроля по выполнению заданий специализированных спортивных секциях:

**«Зачтено»** - ставится, если студент выполнил большую часть заданий по подготовке в технике и тактике игровых видов спорта (футбола, волейбола, баскетбола). В конце учебного года в дневнике самоконтроля сделаны выводы о динамике физической подготовленности студента. Дневник самоконтроля должен быть аккуратно оформлен, выводы написаны четким разборчивым почерком.

**Оценка «не зачтено»** ставится, если студент не выполнил задания по самоподготовке во время занятий в специализированных спортивных секциях в пределах оговоренных показателей.

## 2.3 Оценочные материалы для проведения промежуточного контроля

### Зачет

Спортивная секция по футболу						
Виды испытаний	пол	Нормативы, оценка				
		5	4	3	2	1
-передача мяча на точность, м	Юн.	30	25	20	15	10
-обводка мячом 4-х стоек на расстоянии 3 м одна от другой, сек.	Юн.	15	17	20	23	27
-ведение мяча 50м на время(сек).	Юн.	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0
- ведение мяча 30м на время (сек).	Дев.	7,0	8,0	9,0	10,0	11,0
- набивание мяча (кол-во раз)	Юн.	25	15	10	5	3
- жонглирование (кол-во раз)	Дев.	10	7	5	3	1
-ведение мяча с обводкой стоек 30м (сек)	Юн.	9	11	14	16	18
-удары по воротам (из 5с 20м)	Дев.	10	12	15	17	19
-ведение мяча 30м(сек)	Юн.	5	4	3	2	1
	Дев.	4	3	2	1	0
	Дев	25	27	30	32	35
	Юн.	20	25	28	30	32
-ведение мяча 30м(сек)	Юн.	30	25	20	15	10
	Дев.	35	30	25	20	15
-передача мяча на точность (в метрах)						
Спортивная секция по волейболу						
Виды испытаний	пол	Нормативы, оценка				
		5	4	3	2	1
-верхняя передача мяча (в парах, кол-во раз)	Юн.	15	13	10	7	5
	Дев.	10	8	6	4	2

-нижняя передача мяча (в парах, кол-во раз)	Юн.	15	13	10	7	5
	Дев.	10	8	6	4	2
-подачи, кол-во раз						
верхняя	Юн.	15	13	10	7	5
	Дев.	10	8	6	4	2
нижняя	Юн.	15	13	10	7	5
	Дев.	10	8	6	4	2
-передача мяча двумя руками сверху над собой (кол-во раз)	Юн.	50	45	40	35	30
	Дев.	50	45	40	35	30
-передача мяча двумя руками снизу над собой (кол-во раз)	Юн.	50	45	40	35	30
	Дев.	50	45	40	35	30
-передача мяча в тройках со сменой мест (сек)	Юн.	60	55	50	45	40
	Дев.	60	55	50	45	40
-передача мяча в паре на время (сек)	Юн.	120	110	100	90	80
	Дев.	120	110	100	90	80
-жонглирование (чередование верхней и нижней передач) (сек.)	Юн.	60	50	40	30	20
	Дев.	60	50	40	30	20
-подача в прыжке (с любой точки лицевой линии, раз из 10 попыток)	Юн.	8	7	6	5	4
	Дев.	7	6	5	4	3
-блоки: Одиночный Двойной	Юн.	+				
	Дев.	+				
	Юн.	+				
	Дев.	+				

#### Спортивная секция по баскетболу

Виды испытаний	пол	Нормативы, оценка				
		5	4	3	2	1
-ведение мяча, сек	Юн.	9,0	9,2	9,4	9,8	10,2
	Дев.	10	10,2	10,4	10,8	11,2
-штрафные броски с 10 попыток, кол-во попаданий	Юн.	6	5	4	3	2
	Дев.	6	5	4	3	2
-штрафные броски (в течение 3мин,раз)	Юн.	16	15	14	13	12
	Дев.	16	15	14	13	12
-бросок со 2-го	Юн.	3 бр.-2	—	—	—	—
	Дев.	попад.с				

шага с правой, центра, левой стороны	Юн.	каждой стороны 60	90	120	125	135
-дальние броски (5 попаданий, сек.)	Дев.	60	90	120	125	135
-передача мяча в парах на большой скорости с попаданием в кольцо (сек)	Юн.	28	30	32	35	40
-участие в соревнованиях	Дев.	30	33	35	38	40
	Юн.	+				
	Дев.	+				

### **Критерии оценивания:**

Итоговый контроль осуществляется по окончании каждого семестра в виде зачета по результатам тестирования физических качеств студентом выполнения самостоятельной работы по темам программы.

«Зачтено» – сданы все нормативы, 75 % нормативов сданы на балл, выше среднего (3 и выше).

«Не зачтено» – не сданы все нормативы; студент имеет физическую подготовку ниже среднего; более 25 % нормативов не сданы.

Студенты, успешно сдавшие основные нормативы программ специализированных спортивных секций получают итоговый зачет автоматически.