**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**

**Орский гуманитарно-технологический институт (филиал)**

**федерального государственного бюджетного образовательного учреждения**

**высшего образования «Оренбургский государственный университет»**

**(Орский гуманитарно-технологический институт (филиал) ОГУ)**

Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры (ОГТИ)

**Фонд**

**оценочных средств**

по дисциплине *«Спортивные игры»*

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

*40.03.01 Юриспруденция*

 (код и наименование направления подготовки)

*Гражданско-правовой*

 (наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

*Бакалавр*

Форма обучения

*Очная, очно-заочная*

г. Орск 2021



**Раздел 1. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины**

| Формируемые компетенции | Код и наименование индикатора достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций | Виды оценочных средств/шифр раздела в данном документе |
| --- | --- | --- | --- |
| **УК-7:**Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7-В-1 Соблюдает нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личностиУК-7-В-2 Выбирает рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервноэмоционального утомления на рабочем месте | **Знать:** УК-7-В-1:- требования безопасности при проведении занятий по спортивным играм; - обоснование оздоровительного значения спортивных игр и их важное место в общечеловеческой культуре. УК-7-В-2: - теоретико-методические основы физической культуры и рациональные способы профилактики утомления на рабочем месте. | **Блок A –** задания репродуктивного уровняУстное собеседование(индивидуальный опрос) |
| **Уметь:** УК-7-В-1 - выполнять основные двигательные действия и технические приемы спортивных игр для поддержания должного уровня физической подготовленности к профессиональной деятельности личности. УК-7-В-2 -определять и оценивать основные способы влияния физической нагрузки на организм; -применять знания, умения и навыки для организации самостоятельных занятий по физической культуре и спортивным играм с целью профилактики профессиональных заболеваний и утомления на рабочем месте. | **Блок B –** задания реконструктивного уровняПрактический(сдача контрольных нормативов) |
| **Владеть:** УК-7-В-1 - основными методами оценки уровня физической подготовленности для обеспечения профессиональной деятельности; - средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. УК-7-В-2. - основами саморегулирования состояния здоровья для профилактики психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте | **Блок C –** задания практико-ориентированного и/или исследовательского уровняПодготовка реферата |

**Раздел 2. Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки планируемых результатов обучения по дисциплине (оценочные средства). Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания**

**Блок А - Оценочные средства для диагностирования сформированности уровня компетенций – «знать»**

**А.0 Задания для текущей аттестации и рубежного контроля**

1. Спорт это:

1) Диета, упражнения, правильное дыхание.

2) Физические упражнения и тренировки.

3) **Диета, упражнения, правильное дыхание. Деятельность, проводимая в соответствии с некоторыми правилами, состоящая в честном сопоставлении сил и способностей участников.**

2. Отличительным признаком физической культуры является:

**1) Правильно организованный и воспроизводимый алгоритм движений.**

2) Использование природных сил для восстановления организма.

3) Стабильно высокие результаты, получаемые на тренировках.

1. Следует ли после длительной болезни приступать к разучиванию сложных гимнастических упражнений?

1) Да, в малом темпе.

2) **Нет.**

3) Да, под присмотром тренера.

1. Физическая культура представляет собой:

**1) Определенную часть культуры человека.**

2) Учебную активность.

3) Культуру здорового духа и тела.

1. Под физической культурой понимается:

1) Воспитание любви к физической активности.

2) Система нагрузок и упражнений.

3) **Некоторый фрагмент деятельности человеческого общества.**

1. Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий, называются:

**1) Скоростная способность.**

2) Двигательный рефлекс.

3) Физическая возможность.

1. Эффект физических упражнений определяется, прежде всего:

**1) Их содержанием.**

2) Их формой.

3) Скоростью их выполнения.

8. Какая страна является родоначальником настольного тенниса?

**1) Китай**

2) США

3) Япония

9. Когда была создана Международная федерация баскетбола?

**1) 18 июня 1932 года**

2) 21 июня 1940 года

3) 7 ноября 1917 года

1. Слово «волейбол» обозначает

**1) «летающий мяч»**

2) «ручной мяч»

3) «вольный мяч»

4) «игра в мяч»

1. Волейбол – это вид спорта

1) циклический

2) сложно-координационный

**3) игровой**

4) военно-прикладной

12. Как переводится слово «футбол»?

1) нога + мяч

**2) ступня + мяч**

3) бить + мяч

4) пинать + мяч

13. Как называется линия, на которой расположены футбольные ворота?

1) торцевая линия

2) поперечная линия

3) боковая линия

**4) линия ворот**

14. Как называется самая почетная персональная награда для футболиста?

1) Золотой мяч

2) Кубок чемпиона

**3) Золотая бутса**

1. Процесс игры в волейбол определяется наличием

1) методологии

2) средств

**3) техники**

4) стратегии

1. Техника защиты в волейболе включает технику

**1) приема мяча**

2) перемещения

3) подачи

4) нападающего удара

1. Технический прием в волейболе – это

**1) система рациональных движений, сходных по структуре и направленных на решение однотипных задач**

2) место действия игроков

3) форма деятельности, выраженная в тактических настроениях

4) начальное расположение игроков

1. Техника игры в волейбол состоит из

1) техники мышления

2) техники поведения

3) техники управления

**4) техники нападения и защиты**

19. Взаимодействие двух или трёх игроков, выполняющих часть командной задачи, – это…

1) приём игры;

2) тренировка;

**3) групповые действия.**

20. Совокупность рациональных целенаправленных движений, состоящих из отдельных приѐмов, необходимых для ведения игры, – это…

1) тактика игры;

**2) техника игры;**

3) приѐм игры.

21. Согласованные действия команды, направленные на достижение победы, являются…

**1) тактикой игры;**

2) техникой игры;

3) приѐмом игры.

22. Как обозначается в сокращенном варианте Международная федерация футбола?

1) НБА

2)АИБА

3) ФИЛА

**4) ФИФА**

23. Что в баскетболе обозначает жест судьи: «подняты вверх кулаки обеих рук, одновременно со свистком судьи»?

1) неспортивный фол;

2) технический фол;

**3) дисквалифицирующий фол;**

24. Что в баскетболе обозначает жест судьи: «указание пальцем правой руки параллельно боковой линии, одновременно со свистком»?

1) персональный фол игроку;

2) замена игрока;

**3) мяч за пределами площадки или направление вбрасывания;**

25. Что в баскетболе обозначает жест судьи: «горизонтальная ладонь одной руки и указательный палец другой руки образуют букву «Т», одновременно со свистком»?

1) пробежка;

2) персональный фол;

**3) тайм-аут;**

26. Что в баскетболе обозначает жест судьи: «поочередное движение горизонтальных ладоней правой и левой рук вверх -вниз, одновременно со свистком судьи»?

1) замена игрока;

2) пробежка;

**3) двойное ведение;**

27. В каком году был проведен первый Чемпионат Мира по настольному теннису?

1) 1828;

2) 1900;

**3) 1926;**

4) 1948.

28. Как называется гол, который футболист забил в свои ворота?

1) **Автогол**

2) Ложный маневр

3) Оффсайд

29. Какая страна считается родиной футбола?

1) Португалия

**2) Англия**

3) Испания

4) Бразилия

30.В каком году была образована Международная федерация настольного тенниса:

**1 1926г.;**

2 1932г.;

3 1912г.;

**А.1 Примерные вопросы для устного собеседования**

1. **Принципы спортивной тренировки.**

***К принципам относятся****:*

*- направленность к высшим достижениям, углубленная специализация;*

*- непрерывность тренировочного процесса;*

*- единство постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам;*

*- волнообразность и вариативность нагрузок;*

*- цикличность тренировочного процесса;*

*- единство и взаимосвязь структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности.*

1. **Методы развития силы.**

*Метод максимальных усилий, повторных, динамических, ударный метод, круговой ме- тод, игровой и соревновательный метод.*

**3. Формы проявления скоростных качеств.**

*Скорость двигательной реакции, скорость одиночного движения, частота движения, способность быстро переключаться с одних действий на другие.*

**4. Дайте определение понятию «техника игры»**

***Техника игры*** *— совокупность приемов игры для осуществления игровой и соревновательной деятельности в волейболе. Выделяют технику нападения (атаки) и технику защиты (обороны).*

**5. Что такое тактическое действие?**

***Тактическое действие*** *— рациональное использование приемов игры, форма организации соревновательной деятельности волейболистов, направленной на победу над соперником. Выделяют индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Тактика игры — совокупность тактических действий — индивидуальных и коллективных, направленных на достижение победы над соперником.*

**Рекомендации по оцениванию устных ответов студентов:**

С целью контроля и подготовки студентов к изучению новой темы вначале каждой практического занятия преподавателем проводится индивидуальный или фронтальный устный опрос по выполненным заданиям предыдущей темы.

Критерии оценки:

– правильность ответа по содержанию задания (учитывается количество и характер ошибок при ответе);

– полнота и глубина ответа (учитывается количество усвоенных фактов, понятий и т.п.);

– сознательность ответа (учитывается понимание излагаемого материала);

– логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией);

– рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи (учитывается умение использовать наиболее прогрессивные и эффективные способы достижения цели);

– своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе (учитывается грамотно и с пользой применять наглядность и демонстрационный опыт при устном ответе);

– использование дополнительного материала (обязательное условие);

– рациональность использования времени, отведенного на задание (не одобряется затянутость выполнения задания, устного ответа во времени, с учетом индивидуальных особенностей студентов).

**Оценка «отлично»** ставится, если студент: 1) полно и аргументировано отвечает по содержанию вопроса; 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; 3) излагает материал последовательно и правильно.

**Оценка «хорошо»** ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет.

**Оценка «удовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данного вопроса, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.

**Оценка «неудовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает незнание ответа на соответствующий вопрос, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

**Блок B****Оценочные средства для диагностирования сформированности уровня компетенций «уметь»**

В.1 Тесты, определяющие уровень физической подготовленности студентов

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Характеристика****направленности****тестов** | **Девушки** | **Юноши** |
| **Баллы** |
| **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| Тест на скоростно-силовую выносливость:**Бег – 100м** (сек.) | 15,7 | 16,0 | 17,0 | 17,9 | 18,7 | 13,2 | 13.8 | 14,0 | 14,3 | 14,6 |
| Тест на силовую подготовку: **Поднимание** **туловища** из положения «лежа на спине», руки за голову, ноги закреплены (кол. раз) | 60 | 50 | 40 | 30 | 20 |  |  |  |  |  |
| **Подтягивание на перекладине**(кол-во раз), вес до85кг.Более 85кг. |  |  |  |  |  | 1512 | 129 | 96 | 73 | 51 |
| **Подтягивание в****висе лежа** (перекладина навысоте 90см.),(кол-во раз) | 20 | 16 | 10 | 6 | 4 |  |  |  |  |  |
| **Сгибание и разгибание рук** в упорена брусьях; на скамейке (кол-во раз) | 15 | 12 | 9 | 6 | 4 | 15 | 12 | 9 | 7 | 5 |
| **Поднимание в****висе ног** до касания перекладины(кол-во раз) |  |  |  |  |  | 15 | 12 | 9 | 7 | 4 |
| Тест на прыгучесть**Прыжки в длину с****места** (см). | 190 | 180 | 170 | 160 | 150 | 210 | 200 | 190 | 180 | 170 |
| Тест на общую выносливость:**Бег2000м** (мин/с.)Вес до 70кгболее 70кг. | 10,1510,35 | 10,5011,20 | 11,1511,35 | 11,5012,40 | 12,1013,15 |  |  |  |  |  |
| Тест на общую выносливость:**Бег3000м** (мин/с.)Вес до 85кгболее 85кг. |  |  |  |  |  | 12,0012,30 | 12,3513,10 | 13,1013,50 | 13,5014,40 | 14,3015,30 |

В.2 Контрольные упражнения для оценки физической подготовленности студентов специальной медицинской группы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Упражнения | Пол  | Оценки в баллах  |
| 1 | Сгибание и выпрямлениерук в упоре гимнастической скамейке (количество раз) | жм | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1525 | 1420 | 1318 | 1215 | 1012 |
| 2 | Поднимание туловища в сед из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены | ж м  | 2530 | 2028 | 1525 | 1022 | 520 |
| 3 | Прыжки в длину с места (см) | ж м | 180 230 | 170 220 | 160 210 | 150 200 | 145 190 |
| 4 | Бег в чередовании с ходьбой | жм | 2 км без учёта времени3 км без учёта времени |
| 5 | Бег в чередовании с ходьбой на лыжах. | ж м  | 2 км без учета времени 3 км без учёта времени |
| 6 | Упражнения с мячом (баскетбол, волейбол) |  ж м  | Продемонстриро­вать технику выполнения элементов с качественным ре­зультатом |
| 7 | Упражнение на гибкость (наклон вперед с опусканием рук ниже уровня скамейки) | жм | 1612 | 1410 | 128 | 106 | 84 |
| 8 | Плавание | мж | 10 минут без учёта времени |

В.3 Контрольные упражнения для оценки спортивно-технической подготовки студентов по волейболу

**I курс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Упражнения** | **Пол** | **Оценка в баллах** |
| **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 1 | Жонглирование мячом сверху и снизу, стоя в баскетбольном кругу(количество paз) | МЖ | 1210 | 108 | 87 | 76 | 55 |
| 2 | Передача мяча через сетку свер­ху в парах (5-6 метров) (количе­ство раз) | МЖ | 2220 | 2018 | 1816 | 1614 | 1412 |
| 3 | Подача мяча из пяти попыток избранным видом(количество попаданий) | МЖ | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

**II курс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Упражнения** | **Пол** | **Оценка в баллах** |
| **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 1 | Жонглирование мячом сверху и снизу, стоя в баскетбольном кру­гу(количество раз) | МЖ | 1614 | 1412 | 1210 | 108 | 86 |
| 2 | Передача мяча через сетку свер­ху и снизу в парах (5-6 метров) (количество раз) | МЖ | 2520 | 2218 | 2016 | 1814 | 1612 |
| 3 | Подача мяча из пяти попыток избранным видом(количество попаданий) | МЖ | 54 | 43 | 32 | 21 | 10 |

**III курс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Упражнения** | **Пол** | **Оценка в баллах** |
| **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 1 | Жонглирование мячом в движении на расстояние 9 метров (количество раз) | МЖ | 1614 | 1412 | 1210 | 108 | 86 |
| 2 | Нападающий удар из 6-ти попыток. «Скидка» в прыжке одной или двумя руками из6-ти попыток (количество раз) | МЖ | 54 | 43 | 32 | 21 | 10 |
| 3 | Двусторонняя игра | МЖ | Оценка преподавателем рациональных действий на площадке, знаний правил игры и жестов судьи |

**Контрольные упражнения для оценки спортивно-технической**

**подготовки студентов по баскетболу**

**I курс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Упражнения** | **Пол** | **Оценка в баллах** |
| **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 1 | Штрафные броски (кол-во 10 попаданий из 10 попыток) | МЖ | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 |
| 2 | Ведение мяча от пересечения средней и боковой линии по прямой, 2 шага – бросок в кольцо (кол-во технически правильных попаданий с 3-х попыток | МЖ | 3 | 2 | 1 | нет | нет |
| 3 | Челночный бег (ведение мяча от лицевой линии за центральный круг, поворот на 180° с переводом мяча на левую руку, ведение до противоположной лицевой линии, поворот, ведение мяча до старта) (секунды) | МЖ | 1519 | 1620 | 1721 | 1822 | 1923 |

**II курс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Упражнения | Пол | Оценка в баллах |
| **5** | **4** | **3** |  | **1** |
| 1 | Ведение мяча 2 шага, бросок в кольцо (6 попыток поочередно с каждой стороны) (количество попаданий) | МЖ | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 2 | Челночный бег (ведение мяча за центр круга, поворот на 180°, ведение мяча левой рукой за центральный круг, поворот, ведение мяча до кольца, 2 шага, бросок с попаданием) (секунды) | МЖ | 911 | 1012 | 1113 | 1214 | Более 12Более 14 |
| 3 | Боковые броски с 3-секундной зоны (6 раз поочередно с каждой стороны)(кол-во попаданий) | МЖ | 5 | 4 | 3 | 2 | 0 |

**III курс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Упражнения | Пол | Оценка в баллах |
| **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 1 | Ведение мяча с центра площадки с броском в оба кольца (секунды) | МЖ | 1621 | 1722 | 1823 | 1924 | 2025 |
| 2 | Штрафные броски (кол-во попаданий из 6 попыток) | МЖ | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
| 3 | Учебная игра (2 периода по 10 минут) | МЖ | Оценка преподавателем рациональных действий на площадке и знаний правил игры и жестов судьи |

 **Контрольные упражнения для оценки спортивно-технической**

**подготовки студентов по футболу**

**1 курс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Упражнения** | **Пол** | **Оценка в баллах** |
| **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 1 | Жонглирование мячом на месте поочередно обеими ногами (удары подъёмом, внутр. И внеш. стороной стопы, бедром) | М | 20 | 15 | 10 | 5 | 3 |
| 2 | Удары с линии штрафной площадки по воротам (6 квадратов)Кол-во попаданий: | М | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
| 3 | Демонстрация индивидуальных тактических действий в нападении и защите | М | Оценка преподавателем степени владения мячом |
| 4 | Учебная игра | М | Оценка преподавателем технико-тактических действий |

**2 курс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Упражнения** | **Пол** | **Оценка в баллах** |
| **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 1 | Жонглирование мячом в движении поочередно обеими ногами (удары подъёмом, внутр. И внеш. стороной стопы, бедром) | М | 20 | 15 | 10 | 5 | 3 |
| 2 | Удары с линии штрафной площадки по воротам (6 квадратов)Кол-во попаданий: | М | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 3 | Оценка групповых действий в нападении и защите | М | Оценка преподавателем рациональных действий в игре |
| 4 | Соревнования по футболу. Знание правил игры и жестов судьи. | М | Оценка преподавателем технико-тактических действий |

**3 курс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Упражнения** | **Пол** | **Оценка в баллах** |
| **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 1 | Жонглирование мячом ударами головой на месте и в движении, сочетая с жонглированием ногами | М | 20 | 15 | 10 | 5 | 3 |
| 2 | Удары с линии штрафной площадки по воротам (6 квадратов)Кол-во попаданий: | М | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 |
| 3 | Оценка командных действий в нападении и защите | М | Оценка преподавателем рациональных действий в игре. |
| 4 | Соревнования по футболу. Знание правил игры и жестов судьи. | М | Оценка преподавателем технико-тактических действий |

**Контрольные упражнения для оценки спортивно-технической**

**подготовки студентов по настольному теннису**

**I курс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Упражнения** | **Пол** | **Оценка в баллах** |
|  |  | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 1 | Демонстрация техники промежуточных ударов (подставка, толчок, откидка, срезка) | МЖ | «5» -- техничное и результативное исполнение, «4» – уверенное исполнение с незначительными ошибками, «3» – неуверенное исполнение с грубыми ошибками |
| 2 | Демонстрация техники подачи: прямая, «маятник» (по 3 попытки)  | МЖ | 6 | 4 | 2 | - | - |
| 3 | Учебная игра (участие в соревнованиях) | МЖ | Оценка преподавателем рациональных действий на площадке и знаний правил игры |

**II курс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Упражнения | Пол | Оценка в баллах |
|  | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 1 | Демонстрация техники атакующего стиля: накат, топ-спин. | МЖ | «5» -- техничное и результативное исполнение, «4» – уверенное исполнение с незначительными ошибками, «3» – неуверенное исполнение с грубыми ошибками |
| 2 | Демонстрация техники подачи «челнок», подача «веер» (по 3 попытки) | МЖ | 6 | 4 | 2 | - | - |
| 3 | Учебная игра (участие в соревнованиях) | МЖ | Оценка преподавателем рациональных действий на площадке и знаний правил игры |

**III курс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Упражнения | Пол | Оценка в баллах |
|  |  |  | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 1 | Демонстрация защитных ударов из средней и дальней зон | МЖ | «5» -- техничное и результативное исполнение, «4» – уверенное исполнение с незначительными ошибками, «3» – неуверенное исполнение с грубыми ошибками |
| 2 | Демонстрация техники подачи: подрезка слева и справа, «крученая свеча» | МЖ | 6 | 4 | 2 | - | - |
| 3 | Тактика одиночных и парных игр | МЖ | Оценка преподавателем рациональных действий на площадке и знаний правил игры |

**Блок C**

**С.1 Примерные темы рефератов**

1. Профилактика травматизма на занятиях ОФП.
2. Методика тестирования физических качеств
3. Физиологические характеристики различных видов спорта.
4. Средства физической культуры в повышении работоспособности.
5. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе физического воспитания.
6. Спортивный травматизм (причины и профилактика).
7. Методические принципы и методы физического воспитания.
8. Восстановительные мероприятия в процессе занятий спортом.
9. Общая физическая и спортивная подготовка (техническая, тактическая и психическая).
10. Организация и проведения физкультурно-спортивных мероприятий.
11. Соотношение объема и интенсивности в процессе учебно-тренировочных занятий
12. Методика самооценки работоспособности, усталости, утомления и переутомления.
13. Гигиенические требования при проведении занятий по ОФП.
14. Физическая культура в профилактике и лечении профессиональных заболеваний.
15. Современные оздоровительные системы физических упражнений.
16. Организация и методика обучения игре в настольный теннис.
17. Организация и методика проведения соревнований по настольному теннису.
18. Организация и методика обучения волейболу, баскетболу, футболу, настольному теннису средствами подвижных игр.
19. Специальная физическая и психологическая подготовка теннисиста. Ее цели и задачи.
20. Организация и методика обучения игре в волейбол.
21. Организация и методика проведения соревнований по волейболу.
22. Правила предупреждения травматизма при занятиях подвижными играми.
23. Специальная физическая и психологическая подготовка волейболиста. Ее цели и задачи.
24. Организация и методика обучения игре в футбол.
25. Организация и методика проведения соревнований по футболу.
26. Специальная физическая и психологическая подготовка футболиста. Ее цели и задачи.
27. Правила футбола и судейство.
28. Психологическая подготовка футболистов к соревнованиям
29. Специальная физическая и психологическая подготовка баскетболиста. Ее цели и задачи.
30. Правила баскетбола и судейство.
31. Психологическая подготовка баскетболистов к соревнованиям
32. Развитие баскетбола в России.
33. Современные правила игры в баскетбол.
34. Техническая подготовка и тактические действия баскетболиста.

Обучаемый должен уметь творчески использовать приобретенные знания, самостоятельно делать обобщения, совершенствовать навыки литературного изложения своих мыслей с использованием общенаучной и государственно-правовой терминологии, применять их на практике для разрешения той или иной жизненной ситуации.

Работа должна отвечать следующим обязательным требованиям: самостоятельность исследования; анализ учебной, учебно-методической, научной, нормативной литературы по теме исследования; связь предмета исследования с актуальными проблемами современной юридической науки; наличие у автора собственных суждений по проблемным вопросам темы; логичность изложения, убедительность представленного фактологического материала, аргументированность выводов и обобщений; научно-практическая значимость работы.

Работа представляет собой самостоятельное законченное исследование на выбранную тему, написанное лично студентом под руководством преподавателя, свидетельствующее о формировании общекультурных и профессиональных компетенций, позволяющих студенту решать профессиональные задачи.

В ходе написания работы студенту необходимо использовать учебную литературу, периодические издания, нормативно-справочный материал.

Структурными элементами работы являются:

– титульный лист;

– задание кафедры;

– отзыв научного руководителя;

– аннотация;

– содержание;

– введение;

– основная часть;

– заключение;

– список использованных источников;

– приложения (при необходимости).

Все перечисленные элементы, кроме приложений, являются обязательными. При отсутствии в структуре работы любого из обязательных элементов она не принимается к рассмотрению.

Оценка **«отлично»** ставится, если выполнены все требования к написанию и защите работы: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка **«хорошо»** – основные требования к работе и ее защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём работы; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка **«удовлетворительно»** – имеются существенные отступления от требований к работе. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании работы или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты студент затрудняется с формулировкой выводов.

Оценка **«неудовлетворительно»** – тема к работы не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы или работа обучающимся не представлена

**Блок D – Состав билета для промежуточной аттестации, проводимой в форме экзамена (зачета)**

**Орский гуманитарно-технологический институт (филиал)**

**федерального государственного бюджетного образовательного учреждения**

**высшего образования «Оренбургский государственный университет»**

Факультет \_\_\_\_экономический\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Кафедра \_\_\_\_\_\_\_менеджмента\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Направление подготовки \_\_\_\_\_ Юриспруденция\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Профиль \_\_\_\_\_\_\_ Гражданско-правовой \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дисциплина:Спортивные игры

**Билет № \_\_\_**

1. Современные оздоровительные системы физических упражнений

Составитель Подпись В.О. Морозов

Заведующий кафедрой Подпись И.В. Зенченко

МП

**Раздел 3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.**

В билет включен один теоретический вопрос. Зачет проводится в устной форме. На подготовку к ответу студенту отводится 20 минут. Оценивание ответа проводится по критериям, изложенным ниже.

**Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания**

| *4-балльная**шкала* | *Отлично* | *Хорошо* | *Удовлетворительно* | *Неудовлетворительно* |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *100 балльная шала* | *85-100* | *70-84* | *50-69* | *0-49* |
| *Бинарная шкала* | *Зачтено* | *Не зачтено* |

**Оценивание для устного собеседования**

| 4-балльная шкала | Показатели | Критерии |
| --- | --- | --- |
| Отлично | 1. Полнота ответа2. Своевременность ответа.3. Правильность ответов на вопросы.4. Самостоятельность.5. Грамотность. | Ответ дан полный, развернутый. |
| Хорошо | Ответ дан полный, развернутый; однако были допущены неточности в определении понятий, терминов и др. |
| Удовлетворительно | Ответ дан неполный, в ответе не присутствуют доказательные примеры. |
| Неудовлетворительно  | Ответ отсутствует или неполный, допущены существенные ошибки в теоретическом материале (терминах, понятиях). |

**Оценивание выполнения индивидуальных творческих заданий, рефератов, докладов**

| 4-балльная шкала | Показатели | Критерии |
| --- | --- | --- |
| Отлично | 1. Степень раскрытия темы.2. Своевременность выполнения задания.3. Глубина анализа источников литературы.4. Аргументированность выводов.5. Самостоятельность выполнения.6. Правильность оформления.7. Культура речи. | Полностью раскрыта заявленная тема, материал излагается свободно, выдержаны структура и объем реферата, студент демонстрирует способность анализировать материал, делать выводы, отвечать на вопросы по теме реферата. |
| Хорошо | Достаточно полно раскрыта заявленная тема, материал излагается свободно, но при этом имеются неточности в изложении материала или не выдержан объем и структура реферата, имеются трудности при ответе на дополнительные вопросы. |
| Удовлетворительно | Заявленная тема раскрыта недостаточно полно, студент затрудняется излагать материал без опоры на конспект, имеются неточности в представленном материале, не выдержан объем и структура реферата, студент не может ответить на дополнительные вопросы. |
| Неудовлетворительно  | Заявленная тема не раскрыта, студент не может излагать материал без опоры на конспект, имеются существенные ошибки в представленном материале, не выдержан объем и структура реферата, студент не может ответить на дополнительные вопросы, что демонстрирует отсутствие понимания материала контролируемого раздела. |

**Оценивание ответа на зачете**

|  Бинарная шкала | Показатели | Критерии |
| --- | --- | --- |
| Зачтено | 1. Полнота изложения теоретического материала;2. Правильность и/или аргументированность изложения (последовательность действий);3. Самостоятельность ответа;4. Культура речи. | Студент освоил материал всех тем и разделов, предусмотренных рабочей программой дисциплины, овладел необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, грамотно и последовательно излагает материал, способен аргументировано ответить на вопросы . |
| Не зачтено | Студент не знает отдельных тем и разделов, предусмотренных рабочей программой дисциплины, непоследователен в изложении материала, не способен ответить на вопросы по билету. |

Особенности аттестации студентов проходит в разной форме, исходя из уровня физической подготовленности и состояния здоровья.

Для практических занятий физической культурой в соответствии с состоянием здоровья и уровнем физической подготовленности студенты распределяются в основные и специально- медицинские группы и группы студентов, полностью освобожденных от занятий физической культурой. Студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья (на основании медицинских документов) переходят в специальную медицинскую группу, занимаются по индивидуальным заданиям преподавателя. Сдают отчет по освоению и использованию собственной оздоровительной программе, освобождаются от выполнения контрольных нормативов, запрещенных в соответствии с отклонениями в состоянии здоровья.

Студенты, полностью освобожденные от занятий физической культурой по состоянию здоровья, занимаются по индивидуальной программе, самостоятельно составляют комплексы упражнений различной направленности с учетом отклонений в здоровье. Под руководством преподавателя определяют тесты индивидуального уровня физической подготовленности, самостоятельно ведут дневник самоконтроля, по которому ежемесячно отчитываются. Студенты, освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья, в начале каждого семестра получают темы для выполнения рефератов. В конце каждого семестра проводится устный опрос по выполненному реферату.

В качестве критериев результативности учебных занятий выступают требования и показатели, основанные на использовании двигательной активности не ниже определенного минимума. В соответствии с положением о текущем, рубежном контроле успеваемости и промежуточной аттестации от 06.06. 17г. № 35-Д, для получения зачета студент обязан получить 70% посещаемости учебных часов. Учитывается регулярность посещения обязательных занятий, выполнение обязательных тестов, разработанных на кафедре физического воспитания, заданий по учебно-методической практике и профессионально-прикладной физической подготовке с учетом специфики подготовки бакалавров и специалистов.

Итоговый контроль (зачет) это результат сформированности физической культуры студента через комплексную проверку теоретических знаний, методических и практических умений, совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции; воспитание скоростной и специальной выносливости. характеристику общей физической, спортивно-технической подготовленности студента, его психофизической готовности к профессиональной деятельности.

Выполнение обучающимися нормативов «ГТО» в текущем семестре засчитывается в качестве промежуточной аттестации по дисциплине.

**Рекомендации к компонентному составу оценочных материалов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формы контроля | Виды контроля  | Состав оценочных материалов |
| Для обучающегося | Для экзаменатора |
| Промежуточная аттестация – итоговый контроль по дисциплине | зачет | Вопросы к зачету для устного собеседования. | Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.Критерии оценивания:- полнота и правильность ответа;- степень осознанности, понимания изученного. |
| Текущий контроль- контроль самостоятельной работы студентов | Сдача контрольных нормативов (тестов) | Перечень контрольных нормативов | Бланк тестов (нормативов), определяющие уровень физической подготовленности студентов |
| Письменная работа: реферат | Темы для рефератов | Критерии оценок: - соответствие содержания теме и плану реферата; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;- умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы;- привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.); - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы |