

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Санкт-Петербургский государственный аграрный университет»

Кафедра физического воспитания

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**  
**текущего контроля/промежуточной аттестации обучающихся при**  
**освоении ОПОП ВО**

по дисциплине  
**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

Уровень высшего образования  
БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки  
38.03.01 Экономика

Направленность образовательной программы (профиль)  
Аграрная экономика

Очная, очно-заочная формы обучения

Год начала подготовки – 2023

Санкт-Петербург  
2023 г.

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

**Таблица 1**

| <b>№</b> | <b>Формируемые компетенции</b>                                                                                                                       | <b>Контролируемые разделы (темы) дисциплины</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Оценочное средство</b> |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| 1.       | УК-7<br><br>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <p>Раздел 1. Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся</p> <p>Раздел 2. Современное состояние физической культуры. Закон о физической культуре и спорте.</p> <p>Раздел 3. Структура физической культуры личности. Значение мотивации в сфере физической культуры. Проблемы формирования мотивации обучающихся к занятиям физической культурой.</p> <p>Раздел 4. Социально-биологические основы физической культуры.</p> <p>Раздел 5. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.</p> <p>Раздел 6. Физические качества и методика их развития. Основы обучения движениям.</p> <p>Раздел 7. Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.</p> <p>Раздел 8. Основы общей и специальной физической подготовки в системе физического воспитания. Спортивная подготовка.</p> <p>Раздел 9. Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся</p> <p>Раздел 10. Восстановительные процессы в физической культуре и спорте. Основы рационального питания.</p> <p>Раздел 11. Спортивные и подвижные игры.</p> | Зачет                     |

## 2. ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

**Таблица 2**

| <b>№</b> | <b>Наименование оценочного средства</b> | <b>Краткая характеристика оценочного средства</b>                                                                                                                         | <b>Представление оценочного средства в фонде</b> |
|----------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 1.       | Зачет                                   | Средство контроля усвоения учебного материала темы, раздела или разделов дисциплины, организованное как учебное занятие в виде собеседования преподавателя с обучающимися | Вопросы по темам/разделам дисциплины             |

### 3. ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ, ОПИСАНИЕ ШКАЛ ОЦЕНИВАНИЯ

Таблица 3

| Планируемые результаты освоения компетенции                                                                                                   | Уровень освоения                                                                               |                                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                   | Оценочное средство |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
|                                                                                                                                               | неудовлетворительно                                                                            | удовлетворительно                                                                                                            | хорошо                                                                                                                                         | отлично                                                                                                                                           |                    |
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |                                                                                                |                                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                   |                    |
| Полнота знаний                                                                                                                                | Уровень знаний ниже минимальных требований, имели место грубые ошибки                          | Минимально допустимый уровень знаний, допущено много негрубых ошибок                                                         | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, допущено несколько негрубых ошибок                                              | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок.                                                                        | зачет              |
| Наличие умений                                                                                                                                | При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения, имели место грубые ошибки | Продemonстрированы основные умения, решены типовые задачи с негрубыми ошибками, выполнены все задания, но не в полном объеме | Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с негрубыми ошибками, выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с | Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме | зачет              |

|                                   |                                                                                               |                                                                                         |                                                                                         |                                                                                  |       |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------|
|                                   |                                                                                               |                                                                                         | недочетами                                                                              |                                                                                  |       |
| Наличие навыков (владение опытом) | При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки, имели место грубые ошибки | Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами | Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами | Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов | зачет |

#### **4. ПЕРЕЧЕНЬ КОНТРОЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ И ИНЫХ МАТЕРИАЛОВ, НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

##### **Вопросы к зачету по дисциплине «Физическая культура и спорт», направленные на формирование компетенции УК-7**

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества.
2. Современное состояние физической культуры и спорта.
3. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
4. Физическая культура личности. Ценности физической культуры.
5. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности.
6. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система.
7. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм человека.
8. Средства физической культуры и спорта в совершенствовании функциональных возможностей организма.
9. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.
10. Здоровье человека как ценность. Факторы, определяющие здоровье.
11. Здоровый образ жизни и его составляющие.
12. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни.
13. Критерии эффективности здорового образа жизни.
14. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.
15. Динамика работоспособности обучающегося в учебной году и факторы ее определяющие. Влияние различных режимов и условий обучения на состояние организма обучающихся.
16. Особенности использования средств физической культуры в регулировании работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния.
17. Методические принципы физического воспитания.
18. Методы физического воспитания.
19. Основы методики обучения движениям.
20. Методика начального и углубленного разучивания движения, закрепления и дальнейшего совершенствования двигательного действия.
21. Основы совершенствования физических качеств.
22. Основы методики развития силовых способностей.

- 23.Методика применения средств физической культуры для развития быстроты движений.
- 24.Методические принципы воспитания ловкости и гибкости.
- 25.Средства и методы развития общей и специальной выносливости.
- 26.Разделы спортивной подготовки.
- 27.Общая физическая и специальная подготовка, их цели и задачи.
- 28.Зоны интенсивности физических нагрузок.
- 29.Формы занятий физическими упражнениями.
- 30.Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения физическим упражнениям.
- 31.Структура и направленность учебно-тренировочного занятия.
- 32.Формы и содержание самостоятельных занятий.
- 33.Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.
- 34.Характер содержания занятий в зависимости от возраста.
- 35.Особенности самостоятельных занятий для женщин.
- 36.Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста.
- 37.Планирование и управление самостоятельными занятиями.
- 38.Особенности методики составления индивидуальных программ оздоровительных занятий.
- 39.Составление комплексов упражнений и особенности проведения утренней гимнастики.
- 40.Выбор содержания, средств и методов, планирование объема и интенсивности физических нагрузок оздоровительного занятия.
- 41.Оборудование мест и подготовка инвентаря для проведения оздоровительных занятий.
- 42.Методика составления плана-конспекта оздоровительного занятия.
- 43.Гигиена самостоятельных занятий.
- 44.Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
- 45.Спортивная классификация.
- 46.Система студенческих спортивных соревнований.
- 47.Олимпийские игры и Универсиады.
- 48.Содержание врачебного и педагогического контроля.
- 49.Соматоскопические и антропометрические методы в оценке физического развития.
- 50.Определение оценочных индексов физического развития.
- 51.Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Методика проведения нагрузочных тестов.
- 52.Методика проведения функциональных проб, определение частоты дыхания и жизненной емкости легких для оценки функции дыхания.
- 53.Методика проведения проб и оценка функционального состояния нервной системы.
- 54.Методика определения физической работоспособности и физического

состояния.

- 55.Методика проведения и оценка результатов тестирования и уровня развития физических качеств.
- 56.Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.
- 57.Основные методы и показатели самоконтроля. Методика ведения дневника самоконтроля.
- 58.Профессионально-прикладная физическая подготовка, ее цели и задачи.
- 59.Использование средств профессионально-прикладной физической культуры для развития и совершенствования профессионально важных психофизических качеств.
- 60.Производственная физическая культура.
- 61.Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов.
- 62.Основные виды производственной физической культуры.
- 63.Методика составления и проведения комплексов упражнений вводной гимнастики, физкультурной паузы, физкультурной минутки и микропаузы активного отдыха.
- 64.Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

## **5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ И ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ**

### Критерии знаний при проведении зачета:

- **Оценка «зачтено»** должна соответствовать параметрам любой из положительных оценок («отлично», «хорошо», «удовлетворительно»).
- **Оценка «не зачтено»** должна соответствовать параметрам оценки «неудовлетворительно».
- **Отметка «отлично»** – выполнены все виды учебной работы, предусмотренные учебным планом. Обучающийся демонстрирует соответствие знаний, умений, навыков приведенным в таблицах показателям, оперирует приобретенными знаниями, умениями, навыками, применяет их в ситуациях повышенной сложности. При этом могут быть допущены неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.
- **Отметка «хорошо»** – выполнены все виды учебной работы, предусмотренные учебным планом. Обучающийся демонстрирует соответствие знаний, умений, навыков приведенным в таблицах показателям, оперирует приобретенными знаниями, умениями, навыками, применяет их в стандартных ситуациях. При этом могут быть допущены незначительные

ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.

• **Отметка «удовлетворительно»** – не выполнен один или более видов учебной работы, предусмотренных учебным планом. Обучающийся демонстрирует неполное соответствие знаний, умений, навыков приведенным в таблицах показателям, допускаются значительные ошибки, проявляется частичное отсутствие знаний, умений, навыков по ряду показателей, обучающийся испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.

• **Отметка «неудовлетворительно»** – не выполнены виды учебной работы, предусмотренные учебным планом. демонстрирует неполное соответствие знаний, умений, навыков приведенным в таблицах показателей, допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие знаний, умений, навыков по большему ряду показателей, обучающийся испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.

## 6. ДОСТУПНОСТЬ И КАЧЕСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ

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 могут использоваться собственные технические средства.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

|                                                     |                                                                              |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| Для лиц с нарушениями зрения:                       | – в печатной форме увеличенным шрифтом,<br>– в форме электронного документа. |
| Для лиц с нарушениями слуха:                        | – в печатной форме,<br>– в форме электронного документа.                     |
| Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата | – в печатной форме, аппарата:<br>– в форме электронного документа.           |

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине обеспечивает



выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей, обучающихся:

а) инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);

б) доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются преподавателем);

в) доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

