

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ
И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Б1.Б.39 Физическая культура и спорт

Специальность 38.05.01 Экономическая безопасность

Специализация Экономико - правовое обеспечение экономической безопасности

Квалификация выпускника: экономист

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.

ОК 9: способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни.

Знать:

Этап 1: знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, об основах здорового образа и стиля жизни, об оздоровительных системах;

Этап 2: знать основные положения о социально-биологических основах физической культуры, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.

Уметь:

Этап 1: уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств;

Этап 2: уметь применять систему знаний о различных видах физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.

Владеть:

Этап 1: владеть практическими навыками и методами основы физической культуры;

Этап 2: владеть практическими навыками и методами здорового образа жизни.

2. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования.

Таблица 1 - Показатели и критерии оценивания компетенций на 1 этапе

Наименование компетенции	Критерии сформированности компетенции	Показатели	Процедура оценивания
1	2	3	4
ОК-9	Способен организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Знать: знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, об основах здорового образа и стиля жизни, об оздоровительных системах Уметь: уметь применять систему знаний	- контрольные, тестовые задания

		<p>практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств</p> <p>Владеть: владеть практическими навыками и методами основы физической культуры.</p>	
--	--	---	--

Таблица 2 - Показатели и критерии оценивания компетенций на 2 этапе

Наименование компетенции	Критерии сформированности компетенции	Показатели	Процедура оценивания
1	2	3	4
ОК-9	Способен организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	<p>Знать: знать основные положения о социально – биологических основах физической культуры, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте</p> <p>Уметь: уметь применять систему знаний о различных видах физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях</p> <p>Владеть: владеть практическими навыками и методами здорового образа жизни.</p>	- контрольные, тестовые задания

3. Шкалы оценивания.

Университет использует шкалы оценивания, соответствующие государственным регламентам в сфере образования и позволяющие обеспечивать интеграцию в международное образовательное пространство. Шкалы оценивания и описание шкал оценивания представлены в таблицах 3 и 4.

Таблица 3 – Шкалы оценивания

Диапазон оценки, в баллах	Экзамен		Зачет
	европейская шкала (ECTS)	традиционная шкала	
[95;100]	A – (5+)	отлично – (5)	зачтено
[85;95)	B – (5)		
[70;85)	C – (4)	хорошо – (4)	
[60;70)	D – (3+)	удовлетворительно – (3)	незачтено
[50;60)	E – (3)		
[33,3;50)	FX – (2+)	неудовлетворительно – (2)	
[0;33,3)	F – (2)		

Таблица 4 - Описание шкал оценивания

ECTS	Критерии оценивания	Традиционная шкала
A	Превосходно – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.	отлично (зачтено)
B	Отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному.	
C	Хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено максимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.	хорошо (зачтено)

D	Удовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, возможно, содержат ошибки.	удовлетворительно (зачтено)
E	Посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	удовлетворительно (незачтено)
FX	Условно неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий.	неудовлетворительно (незачтено)
F	Безусловно неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено, необходимые практические навыки работы не сформированы, все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий.	неудовлетворительно (незачтено)

4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.

Таблица 5 – **ОК-9 способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни. Этап 1**

Наименование знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности	Формулировка типового контрольного задания или иного материала, необходимого для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности
---	--

<p>Знать: знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, об основах здорового образа и стиля жизни, об оздоровительных системах</p>	<p>1. Виды двигательной активности, благотворно воздействующие на физическое состояние и развитие человека, принято называть:</p>	<p>А) физическими упражнениями; Б) физическим трудом; В) Физической культурой; Г) физическим воспитанием.</p>
	<p>2. Отличительным признаком физической культуры является:</p>	<p>А) воспитание физических качеств и обучением двигательным действиям; Б) физическое совершенство; В) выполнение физических упражнений.</p>
	<p>3. Комплекс психофизических свойств человека, позволяющих выполнять непродолжительную работу минимальный отрезок времени, называется:</p>	<p>А) гибкость; Б) выносливость; В) быстрота; Г) сила.</p>
	<p>4.Брадикардия это:</p>	<p>А) скачкообразный пульс; Б) учащение пульса до 90 ударов в минуту; В) урежение пульса до 50 ударов в минуту; Г) учащение пульса свыше 90 ударов в минуту.</p>
	<p>5.Предотвращение срывов при стрессах обеспечивает регулярная:</p>	<p>А) чрезмерная физическая нагрузка; Б) маленькая физическая нагрузка; В) большая физическая нагрузка; Г) умеренная физическая нагрузка.</p>
	<p>6."Малые формы" физической культуры в режиме учебного труда студента это:</p>	<p>А) специально – подготовительные упражнения; Б) спортивные тренировки; В) семинарские занятия; Г) утренняя гимнастика, физкультурная пауза.</p>
<p>Уметь: уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств</p>	<p>7. Юноши 1000метров, Девушки 600метров. 8. Юноши поднимание ног к перекладине, Девушки сгибание туловища. 9.Уметь применять полученные знания по технике и тактике бега при преодолении средних дистанций. 10.Уметь делать подводящие упражнения для выполнения основного упражнения.</p>	
<p>Навыки: владеть практическими навыками и методами основы физической культуры.</p>	<p>11.Юноши 200метров, Девушки 200метров. 12. Юноши прыжок в длину с места, Девушки прыжок в длину с места. 13.Владеть навыками бега по виражу.</p>	

Таблица 6 - ОК 9 способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни. Этап 2

Наименование знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности	Формулировка типового контрольного задания или иного материала, необходимого для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности	
<p>Знать: знать основные положения о социально-биологических основах физической культуры, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте</p>	1. Виды двигательной активности, благотворно воздействующие на физическое состояние и развитие человека, принято называть:	А) физическими упражнениями; Б) физическим трудом; В) Физической культурой; Г) физическим воспитанием.
	2. Отличительным признаком физической культуры является:	А) воспитание физических качеств и обучением двигательным действиям; Б) физическое совершенство; В) выполнение физических упражнений.
	3. Комплекс психофизических свойств человека, позволяющих выполнять непродолжительную работу минимальный отрезок времени, называется:	А) гибкость; Б) выносливость; В) быстрота; Г) сила.
	4. Брадикардия это:	А) скачкообразный пульс; Б) учащение пульса до 90 ударов в минуту; В) урежение пульса до 50 ударов в минуту; Г) учащение пульса свыше 90 ударов в минуту.
	5. Предотвращение срывов при стрессах обеспечивает регулярная:	А) чрезмерная физическая нагрузка; Б) маленькая физическая нагрузка; В) большая физическая нагрузка; Г) умеренная физическая нагрузка.
	6. Малые формы физической культуры в режиме учебного труда студента, это:	А) специально – подготовительные упражнения; Б) спортивные тренировки; В) семинарские занятия; Г) утренняя гимнастика, физкультурная пауза.
<p>Уметь: уметь применять систему знаний о различных видах физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных</p>	7. Юноши 1000метров, Девушки 600метров. 8. Юноши поднимание ног к перекладине, Девушки сгибание туловища. 9. Уметь применять полученные знания по технике и тактике бега при преодолении средних дистанций. 10. Уметь делать подводящие упражнения для выполнения основного упражнения.	

целях	
Навыки: владеть практическими навыками и методами здорового образа жизни.	11. Юноши 200метров, Девушки 200метров. 12. Юноши прыжок в длину с места, Девушки прыжок в длину с места. 13. Владеть навыками бега по виражу.

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

Многообразие изучаемых тем, видов занятий, индивидуальных способностей студентов, обуславливает необходимость оценивания знаний, умений, навыков с помощью системы процедур, контрольных мероприятий, различных технологий и оценочных средств.

В процессе изучения дисциплины предусмотрены следующие формы контроля: текущий, промежуточный контроль, контроль самостоятельной работы студентов.

Текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется по всем видам контактной и самостоятельной работы, предусмотренным рабочей программой дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем, ведущим аудиторские занятия.

Текущий контроль успеваемости может проводиться в следующих формах:

- устная (устный опрос, собеседование, публичная защита, защита письменной работы, доклад по результатам самостоятельной работы и т.д.);
- тестовая (устное, письменное, компьютерное тестирование).

Результаты текущего контроля успеваемости фиксируются в журнале занятий с соблюдением требований по его ведению.

Тестовая форма - позволяет охватить большое количество критериев оценки и допускает компьютерную обработку данных. Как правило, предлагаемые тесты оценки компетенций делятся на психологические, квалификационные (в учебном процессе эту роль частично выполняет педагогический тест) и физиологические.

Современный тест, разработанный в соответствии со всеми требованиями теории педагогических измерений, может включать задания различных типов (например, эссе или сочинения), а также задания, оценивающие различные виды деятельности учащихся (например, коммуникативные умения, практические умения).

В обычной практике применения тестов для упрощения процедуры оценивания как правило используется простая схема:

- отметка «3», если правильно выполнено 50 –70% тестовых заданий;
- «4», если правильно выполнено 70 –85 % тестовых заданий;
- «5», если правильно выполнено 85 –100 % тестовых заданий.

Параметры оценочного средства

Предел длительности контроля	45 мин.
Предлагаемое количество заданий из одного контролируемого подэлемента	30, согласно плана
Последовательность выборки вопросов из каждого раздела	Определенная по разделам, случайная внутри раздела
Критерии оценки:	Выполнено верно заданий
«5», если	(85-100)% правильных ответов
«4», если	(70-85)% правильных ответов
«3», если	(50-70)% правильных ответов

Промежуточная аттестация – это элемент образовательного процесса, призванный определить соответствие уровня и качества знаний, умений и навыков обучающихся, установленным требованиям согласно рабочей программе дисциплины. Промежуточная аттестация осуществляется по результатам текущего контроля.

Конкретный вид промежуточной аттестации по дисциплине определяется рабочим учебным планом и рабочей программой дисциплины.

Зачет, как правило, предполагает проверку усвоения учебного материала практических и семинарских занятий. Зачет, как правило, выставляется без опроса студентов по результатам контрольных работ, других работ выполненных студентами в течение семестра, а также по результатам текущей успеваемости на семинарских занятиях, при условии, что итоговая оценка студента за работу в течение семестра (по результатам контроля знаний) больше или равна 60%. Оценка, выставляемая за зачет, может быть как качественной типа (по шкале наименований «зачтено»/ «не зачтено»), так и количественной (т.н. дифференцированный зачет с выставлением отметки по шкале порядка - «отлично, «хорошо» и т.д.)

6. Материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Полный комплект оценочных средств для оценки знаний, умений и навыков находится у ведущего преподавателя.

6.1 Тестовые задания

1.	Виды двигательной активности, благотворно воздействующие на физическое состояние и развитие человека, принято называть:	А) физическими упражнениями; Б) физическим трудом; В) физической культурой; Г) физическим воспитанием
2	Отличным признаком физической культуры являются:	А) воспитание физических качеств и обучение двигательным действиям; Б) физическое совершенство; В) выполнение физических упражнений; Г) обязательные занятия.
3.	Комплекс психофизических свойств человека позволяющих выполнять непродолжительную работу в минимальный отрезок	А) гибкость Б) выносливость В) быстрота Г) сила
4.	Комплекс психофизических свойств организма, позволяющий преодолевать внешнее сопротивление либо противодействовать ему, называется:	А) гибкость; Б) выносливость; В) быстрота; Г) сила.
5.	На современном этапе развития обществ основными критериями физического совершенства служат:	А) показатели телосложения Б) показатели здоровья В) уровень и качество сформированных двигательных умений Г) уровень физических качеств
6.	Показателями, характеризующими физическое развитие человека, являются:	А) показатели телосложения, здоровья и развития физических качеств Б) показатели уровня физической подготовленности и спортивных результатов В) уровень и качество сформированных жизненно важных двигательных

		умений и навыков Г) уровень и качество сформированных спортивных двигательных умений и навыков.
7.	Брадикардия - это:	А) скачкообразный пульс; Б) учащение пульса до 90 ударов в минуту; В) урежение пульса до 50 ударов в минуту; Г) учащение пульса свыше 90 ударов в минуту.
8.	Предотвращение срывов при стрессах обеспечивает регулярная:	А) чрезмерная физическая нагрузка; Б) маленькая физическая нагрузка; В) большая физическая нагрузка; Г) умеренная физическая нагрузка.
9.	«Малые формы» физической культуры в режиме учебного труда студента это:	А) специально-подготовленные упражнения; Б) спортивные тренировки; В) семинарские занятия; Г) утренняя гимнастика, физическая пауза
10.	Индекс Кетле вычисляется по формуле:	А) $\text{рост} - 100$; Б) масса тела (гр.): на рост (см) В) рост (см.): на массу тела (гр.) Г) $\text{рост} - \text{масса тела}$.
11.	Учебно-тренировочное занятие состоит из:	А) одной части; Б) подготовительной и основной частей; В) вводной, подготовительной, основной, заключительной частей; Г) вступительной, основной, заключительной частей.
12.	Такие качества как целеустремленность, решительность и смелость, настойчивость и упорство, выдержка и самообладание, самостоятельность и инициативность характеризуют:	А) тактическую подготовленность; Б) волевую подготовленность; В) техническую подготовленность; Г) специальную подготовленность.
13.	Функциональное состояние и тренированность спортсмена можно определить с помощью:	А) функциональных проб и контрольных упражнений; Б) функциональных проб и антропометрических индексов; В) функциональных проб и анкетирования; Г) функциональных проб и медицинского осмотра.

14.	Физическая культура-это	<p>А) отдельные стороны двигательных способностей человека;</p> <p>Б) восстановление здоровья средствами физической реабилитации;</p> <p>В) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств;</p> <p>педагогический процесс, направленных на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств.</p>
15.	Спорт-это	<p>А) педагогический процесс, направленный на всестороннее гармоничное развитие личности;</p> <p>Б) составная часть физической культуры в исторически сложившейся в форме соревновательной деятельности и специально практики подготовки человека к соревнованиям;</p> <p>В) один из обязательных компонентов здорового образа жизни;</p> <p>Г) специальный вид физического воспитания, который осуществляется в соответствии с требованиями и особенностями определенной профессии.</p>
16.	Физическое воспитание-это	<p>А) составная часть физической культуры исторически сложившейся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям;</p> <p>Б) процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень физической подготовленности к жизни, труду и защите Родины;</p> <p>В) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных ценностей издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств;</p> <p>Г) педагогически организованный процесс развития физических качеств, обучение двигательным действиям и формирование социальных знаний.</p>
17.	Физическое воспитание включает в себя:	<p>А) подготовка спортсменов к высшим достижениям;</p> <p>Б) процесс формирования двигательных умений и навыков;</p> <p>В) воспитание физических качеств;</p> <p>Г) процесс передачи специальных физкультурных знаний.</p>

18.	Физическое воспитание направлено на :	А) укрепление здоровья; Б) формирование специально активного человека; В) дисадаптацию организма; Г) повышение работоспособности.
19.	Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является:	А) развитие интеллекта; Б) соревновательная деятельность; В) развития морфологических характеристик; Г) функциональные нагрузки.
20.	Физическая подготовка- это	А) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями; Б) отдельные стороны двигательных возможностей человека; В) комплекс морфофункциональных свойств организма; Г) процесс соревновательной деятельности.
21.	Физическое совершенство -это	А) педагогический процесс, направленных на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств. Б) отдельные стороны двигательных возможностей человека; В) процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень физической подготовленности к жизни, труду и защите Родины; Г) педагогический процесс, специфика которого заключается в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств человека.
22.	Показателями физического совершенного человека является	А) пропорционально развитое телосложение; Б) правильная осанка В) способность быстрого освоения новых движений; Г) повышенная частота сердечных сокращений
23.	Занятия оздоровительной физической культуры направлены на	А) оздоровление организма; Б) достижение максимально высокого результата; В) повышение работоспособности организма; Г) всесторонне физическое развитие.
24.	А) трудящийся общественный индивид; Б) единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система; В) фенотип; Г) экологический субъект.	
25.	Грамотно организованные занятия физическими упражнения:	А) вызывают деформацию скелета; Б) укрепляют позвоночник; В) способствует расширения грудной клетки; Г) способствует замедлению старения

		костей.
26.	Физическое бездействие может привести к	А) уменьшения мышечной массы тела; Б) увеличению жировой массы тела; В) разрыхлению суставного хряща; Г) увеличению массивности костей.
27.	В результате физических тренировок происходит:	А) повышение прочности сухожилий; Б) возрастание площади поверхности прикрепления мышечных волокон к костям; В) увеличению объема мышечных волокон; Г) увеличению количества сухожилий.
28.	Под воздействием физических тренировок	А) увеличивается подвижность грудной клетки; Б) уменьшает дыхательный объем; В) увеличивается активность выделительных функций; Г) возрастает жизненная емкость легких.
29.	Температура тела при выполнении физической работы:	А) несколько повышается; Б) несколько понижается; В) остается на том же уровне.
30.	Физическое развитие- это	А) определенные стороны двигательных возможностей человека; Б) комплекс морфофункциональных возможностей человека; В) педагогический процесс, направленный на формирование физически совершенного человека; Г) часть общечеловеческой культуры, направленный на разностороннее совершенствование организма.

6.2 Типовые контрольные задания

- 1.Кросс 1500м. (мин., сек.) – юноши;
- 2.Кросс 1000м. (мин., сек.) – девушки;
- 3.Бег 300м. (сек.) – юноши, девушки;
- 4.Бег 50м. (сек.) – юноши, девушки;
- 5.Подтягивание на перекладине (кол-во раз) – юноши;
- 6.Подтягивание из виса на низкой перекладине (кол-во раз) девушки;
- 7.Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (кол-во раз) – юноши;
- 8.Поднимание туловища из положения лежа, ноги закреплены (кол-во раз) – девушки;
- 9.Прыжки через скакалку 30 сек. (кол-во раз) – юноши, девушки;
- 10.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.) – юноши, девушки;

Разработал:



Н.А. Дудкин