

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Иркутский государственный университет путей сообщения»
Красноярский институт железнодорожного транспорта
– филиал Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Иркутский государственный университет путей сообщения»
(КРИЖТ ИрГУПС)

УТВЕРЖДЕНА
приказ ректора
от «08» мая 2020 г. № 268-1

Б1.В.ДВ.01.02 Спортивные игры **рабочая программа дисциплины**

Направление подготовки – 23.03.01 Технология транспортных процессов

Профиль подготовки – «Организация перевозок и управление на транспорте (железнодорожный транспорт)»

Программа подготовки – прикладной бакалавриат

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная

Нормативный срок обучения – 4 года

Кафедра-разработчик программы – Управление персоналом

Общая трудоемкость в з.е. - 0
Часов по учебному плану - 342

Формы промежуточной аттестации, семестр:
зачет - 2,3,4,5,6

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	2	3	4	5	6	Итого часов по учебному плану
Число недель в семестре	18	18	18	18	18	
Вид занятий	Часов по учебному плану	Часов по учебному плану	Часов по учебному плану	Часов по учебному плану	Часов по учебному плану	
Аудиторная контактная работа по видам учебных занятий	72	72	72	72	54	342
– практические	72	72	72	72	54	342
Итого	72	72	72	72	54	342

КРАСНОЯРСК

Электронный документ выгружен из ЕИС ФГБОУ ВО ИрГУПС и соответствует оригиналу

Подписант ФГБОУ ВО ИрГУПС Трофимов Ю.А.

00a73c5b7b623a969ccad43a81ab346d50 с 08.12.2022 14:32 по 02.03.2024 14:32 GMT+03:00

Подпись соответствует файлу документа



Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 23.03.01 Технология транспортных процессов (уровень бакалавриата), утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.03.2015 № 165.

Программу составил:
Ст. преподаватель

С.М. Кончакова

Рабочая программа дисциплины обсуждена и рекомендована к применению в образовательном процессе для обучения обучающихся по направлению подготовки 23.03.01 Технология транспортных процессов на заседании кафедры «Управление персоналом». Протокол от «12» марта 2020 г. № 8

Зав. кафедрой, канд. тех. наук, доцент

В.О. Колмаков

Согласовано

Кафедра «Эксплуатация железных дорог», протокол от «17» марта 2020 г. № 9

И.о. зав. кафедрой, канд. техн. наук

Е.М. Лыткина

1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1 Цели освоения дисциплины	
1	Создание условий для формирования стойкого интереса к физической культуре и спорту в целом, и к спортивным играм в частности
2	Укрепление здоровья
3	Формирование у обучающихся интереса и любви к игровым видам спорта
4	Гармоничное развитие двигательных качеств и способностей
5	Овладение основами техники игровыми видами спорта
6	Воспитание координационных качеств и скоростных способностей
7	Освоение базовых технических приемов игры
1.2 Задачи освоения дисциплины	
1	Формирование у обучающихся совокупности компетенций, позволяющих эффективно выполнять организационную, научную, методическую деятельность, решать задачи обучения спортивной подготовки при опоре на специфику спортивных игр
2	Овладение методами, принципами и средствами обучения спортивным играм, их структуре и специфики педагогической деятельности
1.3 Цель воспитания и задачи воспитательной работы в рамках дисциплины	
Физическое воспитание и воспитание здорового образа жизни обучающихся	
Цель физического воспитания – формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья, как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию обучающегося, формирование физической культуры обучающегося как системного качества личности.	
Цель достигается по мере решения в единстве следующих задач:	
– сохранение и укрепление здоровья обучающихся, содействие поддержанию высокой работоспособности студенческой молодежи;	
– формирование представлений о позитивных факторах, влияющих на здоровье;	
– формирование представлений о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности;	
– усвоение обучающимися принципов и навыков здорового образа жизни, воспитание у них убежденности в необходимости регулярного занятия спортом и физической культурой;	
– обучение элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);	
– организация активного отдыха обучающихся как специфической формы реализации образовательного и оздоровительного процессов;	
– популяризация спорта, совершенствование спортивного мастерства обучающихся-спортсменов	
Научно-образовательное воспитание обучающихся	
Цель научно-образовательного воспитания – создание условий для реализации научно-образовательного потенциала обучающихся в форме наставничества, тьюторства, научного творчества.	
Цель достигается по мере решения в единстве следующих задач:	
– формирование системного и критического мышления, мотивации к обучению, развитие интереса к творческой научной деятельности;	
– создание в студенческой среде атмосферы взаимной требовательности к овладению знаниями, умениями и навыками;	
– популяризация научных знаний среди обучающихся;	
– содействие повышению привлекательности науки, поддержка научно-технического творчества;	
– создание условий для получения обучающимися достоверной информации о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, повышения заинтересованности в научных познаниях об устройстве мира и общества;	
– совершенствование организации и планирования самостоятельной работы обучающихся как образовательной технологии формирования будущего специалиста путем индивидуальной познавательной и исследовательской деятельности	

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
1	Б1.Б.32 Физическая культура и спорт
2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее:	
1	Б1.В.ДВ.01.01 Общая физическая подготовка
2	Б1.В.ДВ.01.03 Легкая атлетика
3	Б1.В.ДВ.01.04 Гимнастика
4	Б1.В.ДВ.01.05 Фитнес и аэробика.

5	Б3.Б.01 Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты
---	--

3 ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
ОК-8: Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
Минимальный уровень освоения компетенции	
Знать	основы физической культуры и спорта, здорового образа жизни
Уметь	формировать здоровый образ жизни
Владеть	системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья
Базовый уровень освоения компетенции	
Знать	средства и методы физического самосовершенствования и самовоспитания, мотивационно-ценностные отношения к физической культуре
Уметь	рационально использовать средства и методы физической культуры и спорта в самоподготовке
Владеть	системой развития и совершенствования физических качеств и психофизических способностей человека
Высокий уровень освоения компетенции	
Знать	социальную роли физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности
Уметь	использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей
Владеть	физкультурно-спортивной деятельностью для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных и профессиональных целей

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

Знать:	
1	влияние оздоровительных систем физического культуры и спорта на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек
2	способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности
3	правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности
Уметь:	
1	выполнять индивидуально подобные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики
2	выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации
3	преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения
4	выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки
5	осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой
6	использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни
7	повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья
8	подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации
9	организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях, а также в процессе активной творческой деятельности по формированию здорового образа жизни
Владеть:	
1	системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья

4 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ					
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Курс	Часов	Компетенции	Литература
1.0	Раздел 1. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья				
1.1	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. /Ср/	1	16	ОК-8	6.1.1.1 6.1.1.2 6.1.1.3 6.1.2.1 6.1.2.3 6.1.3.1
2.0	Раздел 2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.				
2.1	Основы методики самостоятельных занятий физическими		15	ОК-8	6.1.1.1 6.1.1.2 6.1.1.3 6.1.2.1 6.1.2.3 6.1.3.1

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Курс	Часов	Компетенции	Литература
	упражнениями. /Ср/				
3.0	Раздел 3. Самоконтроль занимающихся студентов физическими упражнениями и спортом.				
3.1	Самоконтроль занимающихся студентов физическими упражнениями и спортом. /Ср/		15	ОК-8	6.1.1.1 6.1.1.2 6.1.1.3 6.1.2.1 6.1.2.3 6.1.3.1
4.0	Раздел 4 Общая физическая подготовка				
4.1	Волейбол: изучение теоретического материала, выносимого на самостоятельную работу /Ср/	1	46	ОК-8	6.1.1.1 6.1.1.2 6.1.1.3 6.1.2.1 6.1.2.3
4.2	Волейбол: подготовка к самостоятельным занятиям /Ср/	1	46	ОК-8	6.1.1.1 6.1.1.2 6.1.1.3 6.1.2.1 6.1.2.3
4.3	Баскетбол: изучение теоретического материала, выносимого на самостоятельную работу /Ср/	1	46	ОК-8	6.1.1.1 6.1.1.2 6.1.1.3 6.1.2.1 6.1.2.3
4.4	Баскетбол: подготовка к самостоятельным занятиям /Ср/	1	46	ОК-8	6.1.1.1 6.1.1.2 6.1.1.3 6.1.2.1 6.1.2.3
4.5	Мини-футбол: изучение теоретического материала, выносимого на самостоятельную работу /Ср/	1	46	ОК-8	6.1.1.1 6.1.1.2 6.1.1.3 6.1.2.1 6.1.2.3
	Выполнение контрольной работы/ср/	1	58	ОК-8	6.1.1.1 6.1.1.2 6.1.1.3 6.1.2.1 6.1.2.3
	Подготовка к зачету	1	4	ОК-8	6.1.1.1 6.1.1.2 6.1.1.3 6.1.2.1 6.1.2.3
	Зачет	1	4	ОК-8	

5 ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине разрабатывается в соответствии с Положением о формировании фондов оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и государственной итоговой аттестации.

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по данной дисциплине оформляется в виде приложения № 1 к рабочей программе дисциплины и размещаются в электронной информационно-образовательной среде КриЖТ ИрГУПС, доступной обучающемуся через его личный кабинет.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Учебная литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год издания	Кол-во экз.в библиотеке/ 100 % онлайн
6.1.1.1	Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А. [и др.]	Физическая культура: учебник и практикум для вузов. [Электронный ресурс] - https://urait.ru/bcode/449973	Москва: Юрайт, 2020	100 % онлайн
6.1.1.2	Захарова Л.В., Люлина Н.В., Кудрявцев М.Д. и др.	Физическая культура : учебник [Электронный ресурс] - http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151	Красноярск : СФУ, 2017	100 % онлайн

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год издания	Кол-во экз.в библиотеке/ 100 % онлайн
6.1.2.1	Евсеев Ю.И.	Физическая культура : учебное пособие– 9 изд. – (Высшее образование) [Электронный ресурс] - http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271591	Ростов на Дону, 2014	100 % онлайн
6.1.2.2	Гелецкая Л. Н. [и др.]	Физическая культура студентов специального учебного отделения : учеб. пособие для ВУЗов. [Электронный ресурс] - https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364606	Красноярск : Сибирский федеральный ун-т, 2014	100 % онлайн
6.1.2.3	Усаков В.И.	Студенту о здоровье и физическом воспитании : учебное пособие [Электронный ресурс] - http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=441285	Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016	100 % онлайн

6.1.3. Методические разработки				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год издания	Кол-во экз.в библиотеке/ 100 % онлайн
6.1.3.1	Чикуров А.И., Антошин М.В., Федоров В.И.	Физическая культура: (Лекционный курс) : Учебно-методическое пособие. [Электронный ресурс] - http://irbis.krsk.irkups.ru/web_ft/index.php?C21COM=S&S21COLORTERMS=1&P21DBN=IBIS&I21DBN=IBIS_FULLTEXT&LNG=&Z21ID=8965&S21FMT=briefHTML_ft&USES21ALL=1&S21ALL=%3C%2E%3E%3D796%2F799%2F%D0%A7%2D60%2D865791%3C%2E%3E&FT_PREFIX=KT=&SEARCH_STRING=&S21STN=1&S21REF=10&S21CNR=5&auto_open=4	Красноярск : КриЖТ ИрГУПС, 2013	100 % онлайн
6.1.3.2	Кончакова, С. М.	Спортивные игры: методические материалы и указания по изучению дисциплины для обучающихся направления подготовки 23.03.01 "Технология транспортных процессов". - URL: http://irbis.krsk.irkups.ru/web_ft/index.php?C21COM=S&S21COLORTERMS=1&P21DBN=IBIS&I21DBN=IBIS_FULLTEXT&LNG=&Z21ID=4444&S21FMT=briefHTML_ft&USES21ALL=1&S21ALL=%28%3C%2E%3E%3D796%2F%D0%9A%2065%2D940270172%3C%2E%3E%29&FT_PREFIX=KT=&SEARCH_STRING=&S21STN=1&S21REF=10&S21CNR=5&auto_open=4	Красноярск : КриЖТ ИрГУПС, 2023	100 % онлайн
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"				
6.2.1	Библиотека КриЖТ ИрГУПС : [сайт] / Красноярский институт железнодорожного транспорта – филиал ИрГУПС. – Красноярск. – URL: http://irbis.krsk.irkups.ru/ . – Режим доступа: после авторизации. – Текст : электронный.			
6.2.2	Электронная библиотека «УМЦ ЖДТ» : электронно-библиотечная система : сайт / ФГБУ ДПО «Учебно-методический центр по образованию на железнодорожном транспорте». – Москва, 2013 – . – URL: http://umczdt.ru/books/ . – Режим доступа: по подписке. – Текст : электронный.			
6.2.3	Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «ЗНАНИУМ». – Москва. 2011 – . – URL: http://znanium.com . – Режим доступа : по подписке. – Текст : электронный.			
6.2.4	Образовательная платформа Юрайт : электронная библиотека : сайт / ООО «Электронное издательство Юрайт». – Москва, 2020. – URL: https://urait.ru/ . – Режим доступа: по подписке. – Текст : электронный.			
6.2.5	Лань : электронно-библиотечная система : сайт / Издательство Лань. – Санкт-Петербург, 2011 – . – URL: http://e.lanbook.com . – Режим доступа : по подписке. – Текст : электронный.			
6.2.6	Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Директ-Медиа». – Москва, 2001 – . – URL: https://biblioclub.ru/ . – Режим доступа: по подписке. – Текст : электронный.			
6.2.7	Красноярский институт железнодорожного транспорта : [электронная информационно-образовательная среда] / Красноярский институт железнодорожного транспорта. – Красноярск. – URL: http://sdo1.krsk.irkups.ru/ . – Текст : электронный.			
6.2.8	Национальная электронная библиотека : федеральный проект : сайт / Министерство Культуры РФ. – Москва, 2016 – . – URL: https://rusneb.ru/ . – Режим доступа: по подписке. – Текст : электронный.			
6.2.9	Российские железные дороги : официальный сайт / ОАО «РЖД». – Москва, 2003 – . – URL: http://www.rzd.ru/ . – Текст : электронный.			
6.2.10	Красноярский центр научно-технической информации и библиотек (КрЦНТИБ) : сайт. – Красноярск. – URL: http://dcnti.krw.rzd . – Режим доступа : из локальной сети вуза. – Текст : электронный.			
6.3 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)				
6.3.1 Перечень базового программного обеспечения				
6.3.1.1	Microsoft Windows Vista Business Russian, авторизационный номер лицензиата 64787976ZZS1011, номер лицензии 44799789 Microsoft Office Standard 2013 Russian OLP NL Academic Edition (дог №2 от 29.05.2014 – 100 лицензий; дог №0319100020315000013-00 от 07.12.2015 – 87 лицензий).			
6.3.2 Перечень специализированного программного обеспечения				
6.3.2.1	Не используется			
6.3.3 Перечень информационных справочных систем				

6.3.3.1	Консультант Плюс : справочно-правовая система : база данных / Региональные информационные центры КонсультантПлюс ООО ИЦ «ИСКРА». – Москва, 1992. – Режим доступа: из локальной сети вуза. – Текст : электронный.
6.3.3.2	Гарант : справочно-правовая система : база данных / ООО «ИПО «ГАРАНТ». – Режим доступа : из локальной сети вуза. – Текст : электронный.
6.3.3.3	Нормативы ГТО http://www.gto-normy.ru - Режим доступа : из локальной сети.

7 ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

7.1	Корпуса А, Т, Н, Л КриЖТ ИрГУПС находятся по адресу г. Красноярск, ул. Новая Заря, д. 2И.
7.2	Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения (ноутбук, проектор, экран), учебно-наглядные пособия (презентации), служащими для представления учебной информации большой аудитории. Помещения для практических занятий: Спортивный зал; г. Красноярск, ул. Новая Заря, 2И, корпус А, ауд. А-101 Лыжная база; г. Красноярск, ул. Ленинградская, д.58
7.3	Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой, подключенной к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду КриЖТ ИрГУПС. Помещения для самостоятельной работы обучающихся: – читальный зал библиотеки; – учебные аудитории А-409, Л-203, Т-46
7.4	Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования А-307.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебной деятельности	Организация учебной деятельности обучающегося
Практические занятия	<p>Практическое занятие - это форма организации учебного процесса, предполагающая выполнение студентами по заданию и под руководством преподавателя одной или нескольких практических работ.</p> <p>Практические занятия играют важную роль в выработке у обучающихся навыков применения полученных знаний для решения практических задач совместно с преподавателем. Практические занятия призваны углублять, расширять, детализировать знания, полученные на лекции в обобщенной форме и содействовать выработке навыков профессиональной деятельности. Они развивают научное мышление и речь, позволяют проверить знания обучающихся и выступают как средство оперативной обратной связи.</p>
<p>Комплекс учебно-методических материалов по всем видам учебной деятельности, предусмотренным рабочей программой дисциплины, размещен в электронной информационно-образовательной среде КриЖТ ИрГУПС, доступной обучающемуся через его личный кабинет и Электронную библиотеку (ЭБ КриЖТ ИрГУПС) http://irbis.krsk.irkups.ru</p>	

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля успеваемости
и промежуточной аттестации по дисциплине
Б1.В.ДВ.01.02 «Спортивные игры»

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

Дисциплина Б1.В.ДВ.01.02 «Спортивные игры» участвует в формировании компетенции:

ОК-8: Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**Таблица траекторий формирования компетенций
у обучающихся при освоении образовательной программы**

Код компетенции	Наименование компетенции	Индекс и наименование дисциплин, практик, участвующих в формировании компетенции	Семестр изучения дисциплины	Этапы формирования компетенции
ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Б1.Б.32 Физическая культура и спорт	1	1
		Б1.В.ДВ.01.01 Общая физическая подготовка	2,3,4,5,6	1
		Б1.В.ДВ.01.02 Спортивные игры	2,3,4,5,6	1
		Б1.В.ДВ.01.03 Легкая атлетика	2,3,4,5,6	1
		Б1.В.ДВ.01.04 Гимнастика	2,3,4,5,6	1
		Б1.В.ДВ.01.05 Фитнес и аэробика	2,3,4,5,6	1
		Б3.Б.01 Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты	8	2

**Таблица соответствия уровней освоения компетенций
планируемым результатам обучения**

Код компетенции	Наименование компетенции	Наименования разделов дисциплины	Уровни освоения компетенций	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенции)
ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Раздел 1. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Самоконтроль занимающихся студентов физическими упражнениями и спортом. Раздел 2 Общая физическая подготовка	Минимальный уровень	знать основы физической культуры и здорового образа жизни
				уметь формировать здоровый образ жизни
				владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья
			Базовый уровень	знать средства и методы физического самосовершенствования и самовоспитания, мотивационно-ценностные отношения к физической культуре
				уметь рационально использовать средства и методы физической культуры в самоподготовке
				владеть системой развития и совершенствования физических качеств и психофизических способностей человека
			Высокий уровень	знать социальную роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности
				уметь использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей
				владеть физкультурно-спортивной деятельностью для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных и профессиональных целей

**Программа контрольно-оценочных мероприятий
за период изучения дисциплины**

№	Семестр Неделя	Наименование контрольно-оценоч- ного мероприятия	Объект контроля (понятия, тема / раздел дисциплины, компетенция, и т.д.)	Наименование оценочного средства (форма проведения)	
2, 3, 4, 5, 6 семестр					
1	6	Текущий контроль	Тема: «Волейбол»	ОК-8	Сдача контрольных нормативов
2	12	Текущий контроль	Тема: «Баскетбол»	ОК-8	Сдача контрольных нормативов
3	17	Текущий контроль	Тема: «Мини-футбол»	ОК-8	Сдача контрольных нормативов
4	18	Текущий контроль	Раздел 1 - 2	ОК-8	Тестирование по дисциплине (компьютерные технологии)
5	18	Промежуточная аттестация – зачет	Раздел 1 - 2	ОК-8	Собеседование (устно),

**2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций
на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания**

Контроль качества освоения дисциплины включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию. Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся проводятся в целях установления соответствия достижений обучающихся поэтапным требованиям образовательной программы к результатам обучения и формирования компетенций.

Текущий контроль успеваемости – основной вид систематической проверки знаний, умений, навыков обучающихся. Задача текущего контроля – оперативное и регулярное управление учебной деятельностью обучающихся на основе обратной связи и корректировки. Результаты оценивания учитываются в виде средней оценки при проведении промежуточной аттестации.

Для оценивания результатов обучения используется двухбалльная шкала: «зачтено», «не зачтено».

Перечень оценочных средств, используемых для оценивания компетенций на различных этапах их формирования, а также краткая характеристика этих средств приведены в таблице

№	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
1	Сдача контрольных нормативов	Система стандартизированных нормативов, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося. Может быть использовано для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности обучающихся	Типовые контрольные нормативы
2	Тестирование	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося. Может быть использовано для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности обучающихся	Типовые тестовые задания
3	Зачет	Средство, позволяющее оценить знания, умения и владения обучающегося по дисциплине. Рекомендуются для оценки знаний, умений и владений навыками обучающихся	Комплект теоретических вопросов к зачету и результаты контрольные нормативы по темам

Критерии и шкалы оценивания компетенций в результате изучения дисциплины при проведении
промежуточной аттестации в форме зачета, а также шкала для оценивания уровня освоения
компетенций

Шкалы оценивания	Критерии оценивания	Уровень освоения компетенций
«зачтено»	Обучающийся правильно ответил на теоретические вопросы. Показал отличные знания в рамках учебного материала. Выполнил на отлично контрольные нормативы. Показал отличные умения и владения навыками применения полученных знаний и умений при решении задач в рамках учебного материала. Ответил на все дополнительные вопросы	Высокий

Шкалы оценивания	Критерии оценивания	Уровень освоения компетенций
	Обучающийся с небольшими неточностями ответил на теоретические вопросы. Показал хорошие знания в рамках учебного материала. Выполнил на хорошо контрольные нормативы. Показал хорошие умения и владения навыками применения полученных знаний и умений при решении задач в рамках учебного материала. Ответил на большинство дополнительных вопросов	Базовый
	Обучающийся с существенными неточностями ответил на теоретические вопросы. Показал удовлетворительные знания в рамках учебного материала. Выполнил на удовлетворительно контрольные нормативы. Показал удовлетворительные умения и владения навыками применения полученных знаний и умений при решении задач в рамках учебного материала. Допустил много неточностей при ответе на дополнительные вопросы	Минимальный
«не зачтено»	Обучающийся при ответе на теоретические вопросы продемонстрировал недостаточный уровень знаний и умений в рамках учебного материала и выполнение контрольных нормативов неудовлетворительное. При ответах на дополнительные вопросы было допущено множество неправильных ответов.	Компетенции не сформированы

Критерии и шкала оценивания тестовых заданий при *промежуточной аттестации* в форме зачета

Шкала оценивания	Критерии оценивания
«зачтено»	Обучающийся верно ответил на 70 % и более тестовых заданий при прохождении тестирования
«не зачтено»	Обучающийся верно ответил на 69 % и менее тестовых заданий при прохождении тестирования

Критерии и шкалы оценивания результатов обучения при проведении *текущего контроля* успеваемости.

Критерии и шкалы оценивания контрольных нормативов

Шкала оценивания	Критерии оценивания
«зачтено»	Обучающийся при выполнении контрольных нормативов получил средний балл «удовлетворительно» и выше.
«не зачтено»	Обучающийся при выполнении контрольных нормативов получил средний балл «не удовлетворительно» и ниже.

№ пп	Тесты	Женщины					Мужчины				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1.	Бег 100 м(с)	16,5	17,0	17,5	18,2	19,0	13,5	14,2	14,8	15,1	15,5
2.	Бег 2000 м (мин)	10.30	11.15	11.35	12.10	13.00					
3.	Бег 3000 м (мин)						12.30	13.30	14.00	14.30	15.00
4.	Подтягивание на перекладине (раз)						13	10	9	7	5
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги согнуты и закреплены (раз)	47	40	34	30	20					
6.	Прыжки в длину с места толчком двумя ногами (см)	195	180	170	160	140	240	230	215	210	200
7.	Бег на лыжах 3 км (ж) 5 км (м)	18.00	19.30	20.20	20.00	19.30	23.30	25.30	26.30	27.30	28.30

3 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

3.1 Типовые практические задания
(для оценки навыков и (или) опыта деятельности)

мужчины

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст (лет)					
		18-24			25-29		
1.	Бег на 100 м (сек.)	15,1	14,8	13,5	15,0	14,6	13,9
2.	Бег на 3 км (мин., сек.)	14.00	13.30	12.30	14.50	13.50	12.50
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	9	10	13	9	10	12
	или рывок гири 16 кг (кол-во раз)	20	30	40	20	30	40
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+6	+7	+13	+5	+6	+10
5.	Прыжок в длину с разбега (см)	380	390	430	—	—	—
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	215	230	240	225	230	240
6.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	33	35	37	33	35	37
7.	Бег на лыжах на 5 км (мин., сек.)	26.30	25.30	23.30	27.00	26.00	24.00
	или кросс на 5 км по пересеченной местности*	Без учета времени					
8.	Плавание на 50 м (мин., сек.)	Без учета		0.42	Без учета		0.43
9.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция — 10 м (очки)	15	20	25	15	20	25
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция — 10 м (очки)	18	25	30	18	25	30
10.	Туристический поход с проверкой туристических навыков	Туристический поход с проверкой туристических навыков на дистанцию 15 км					

женщины

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст (лет)					
		18-24			25-29		
1.	Бег на 100 м (сек.)	17,5	17,0	16,5	17,9	17,5	16,8
2.	Бег на 2 км (мин., сек.)	11.35	11.15	10.30	11.50	11.30	11.00
3.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	10	15	20	10	15	20
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	10	12	14	10	12	14
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+8	+11	+16	+7	+9	+13
5.	Прыжок в длину с разбега (см)	270	290	320	—	—	—
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	170	180	195	165	175	190
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	34	40	47	30	35	40
7.	Метание спортивного снаряда весом 500 г (м)	14	17	21	13	16	19
8.	Бег на лыжах на 3 км (мин., сек.)	20.20	19.30	18.00	21.00	20.00	18.00
	или на 5 км (мин., сек.)	37.00	35.00	31.00	38.00	36.00	32.00
	или кросс на 3 км по пересеченной местности*	Без учета времени					
9.	Плавание на 50 м (мин., сек.)	Без учета		1.10	Без учета		1.14
10.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция — 10 м (очки)	15	20	25	15	20	25
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция — 10 м (очки)	18	25	30	18	25	30
11.	Туристический поход с проверкой туристических навыков	В соответствии с возрастными требованиями					

3.2 Типовые тестовые задания по дисциплине

Тестирование проводится по окончании семестра (контроль/проверка остаточных знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности). Результаты тестирования могут быть использованы при проведении промежуточной аттестации

Тесты формируются из фонда тестовых заданий по дисциплине.

Тест (педагогический тест) – это система заданий – тестовых заданий возрастающей трудности, специфической формы, позволяющая эффективно измерить уровень знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности обучающихся.

Тестовое задание (ТЗ) – варьирующаяся по элементам содержания и по трудности единица контрольного материала, минимальная составляющая единица сложного (составного) педагогического теста, по которой испытуемый в ходе выполнения теста совершает отдельное действие.

Фонд тестовых заданий (ФТЗ) по дисциплине – это совокупность систематизированных диагностических заданий – тестовых заданий (ТЗ), разработанных по всем тематическим разделам (дидактическим единицам) дисциплины (прошедших апробацию, экспертизу, регистрацию и имеющих известные характеристики) специфической формы, позволяющей автоматизировать процедуру контроля.

Типы тестовых заданий:

ЗТЗ – тестовое задание закрытой формы (ТЗ с выбором одного или нескольких правильных ответов);

ОТЗ – тестовое задание открытой формы (с конструируемым ответом: ТЗ с кратким регламентируемым ответом (ТЗ дополнения); ТЗ свободного изложения (с развернутым ответом в произвольной форме)).

Структура тестовых материалов 2 семестра по дисциплине «Спортивные игры»

Компетенция	Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером)	Содержательный элемент	Характеристика содержательного элемента	Количество тестовых заданий, типы ТЗ
ОК-8: Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1 Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Самоконтроль занимающихся студентов физическими упражнениями и спортом.	1 Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	Знание	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
		2 Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Умения	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
		3 Самоконтроль занимающихся студентов физическими упражнениями и спортом	Действия	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
	2 Волейбол	1 Общая физическая подготовка в волейболе	Знание	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
		2 Обучение техническим приёмом волейбола	Умения	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
		3 Совершенствование технических приёмов волейбола	Действия	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
	3 Баскетбол	1 Общая физическая подготовка в баскетболе	Знание	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
		2 Обучение техники передвижения с мячом и выполнение штрафного броска	Умения	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
		3 Совершенствование техники передвижения с мячом и выполнение	Действия	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ

Компетенция	Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером)	Содержательный элемент	Характеристика содержательного элемента	Количество тестовых заданий, типы ТЗ
		штрафного броска		
	4 Мини-футбол	1 Общая физическая подготовка в мини-футболе	Знание	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
		2 Обучение техники передвижения с мячом в мини-футболе	Умения	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
		3 Совершенствование техники передвижения с мячом в мини-футболе	Действия	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
Итого				42 – ЗТЗ 42 - ОТЗ

Структура тестовых материалов 3 семестра по дисциплине «Спортивные игры»

Компетенция	Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером)	Содержательный элемент	Характеристика содержательного элемента	Количество тестовых заданий, типы ТЗ
ОК-8: Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1 Волейбол	1 Общая физическая подготовка в волейболе	Знание	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
		2 Подводящие упражнения к совершенствованию техники игры в волейбол	Умения	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
		3 Совершенствование техники выполнения приём мяча (сверху, снизу)	Действия	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
	2 Баскетбол	1 Специальная физическая подготовка в баскетболе	Знание	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
		2 Обучение техники выполнения ловли и передачи мяча	Умения	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
		3 Совершенствование техники выполнения ловли и передачи мяча	Действия	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
	3 Мини-футбол	1 Специальная физическая подготовка в мини-футболе	Знание	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
		2 Обучение техники приёма и остановки мяча в мини-футболе	Умения	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
		3 Совершенствование техники приёма и остановки мяча в мини-футболе	Действия	4 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
Итого				32 – ЗТЗ 32 - ОТЗ

Структура тестовых материалов 4 семестра по дисциплине «Спортивные игры»

Компетенция	Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером)	Содержательный элемент	Характеристика содержательного элемента	Количество тестовых заданий, типы ТЗ
ОК-8: Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и	1 Волейбол	1 Специальная физическая подготовка в волейболе	Знание	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
		2 Обучение техники подач, нападающего удара	Умения	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
		3 Совершенствование техники подач, нападающего удара	Действия	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
	2 Баскетбол	1 Подводящие упражнения к	Знание	3 – ОТЗ

Компетенция	Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером)	Содержательный элемент	Характеристика содержательного элемента	Количество тестовых заданий, типы ТЗ
профессиональной деятельности		совершенствованию техники игры в баскетбол		4 – 3ТЗ
		2 Обучение техники выполнения дистанционного броска после введения	Умения	3 – 0ТЗ 4 – 3ТЗ
		3 Совершенствование техники выполнения дистанционного броска после введения	Действия	3 – 0ТЗ 4 – 3ТЗ
	3 Мини-футбол	1 Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка в мини-футболе	Знание	4 – 0ТЗ 3 – 3ТЗ
		2 Обучение техники выполнения обманных движений (финтов)	Умения	3 – 0ТЗ 4 – 3ТЗ
		3 Совершенствование техники выполнения обманных движений (финтов)	Действия	4 – 0ТЗ 4 – 3ТЗ
Итого				32 – 3ТЗ 32 – 0ТЗ

Структура тестовых материалов 5 семестра по дисциплине «Спортивные игры»

Компетенция	Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером)	Содержательный элемент	Характеристика содержательного элемента	Количество тестовых заданий, типы ТЗ
ОК-8: Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1 Волейбол	1 Специальная физическая подготовка в волейболе	Знание	4 – 0ТЗ 3 – 3ТЗ
		2 Обучение техники выполнения передачи мяча, блокирования	Умения	4 – 0ТЗ 3 – 3ТЗ
		3 Совершенствование техники выполнения передачи мяча, блокирования	Действия	4 – 0ТЗ 3 – 3ТЗ
	2 Баскетбол	1 Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка в баскетболе	Знание	3 – 0ТЗ 4 – 3ТЗ
		2 Совершенствование техники выполнения дистанционного броска в прыжке	Умения	3 – 0ТЗ 4 – 3ТЗ
		3 Совершенствование техники выполнения броска в корзину после двух шагов	Действия	3 – 0ТЗ 4 – 3ТЗ
	3 Мини-футбол	1 Подводящие упражнения к совершенствованию техники игры в мини-футбол	Знание	4 – 0ТЗ 3 – 3ТЗ
		2 Обучение техники ударов по мячу в створ ворот	Умения	3 – 0ТЗ 4 – 3ТЗ
		3 Совершенствование техники ударов по мячу в створ ворот	Действия	4 – 0ТЗ 4 – 3ТЗ
Итого				32 – 3ТЗ 32 – 0ТЗ

**Структура тестовых материалов 6 семестра по дисциплине
«Спортивные игры»**

Компетенция	Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером)	Содержательный элемент	Характеристика содержательного элемента	Количество тестовых заданий, типы ТЗ
ОК-8: Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1 Волейбол	1 Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка в волейболе	Знание	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
		2 Совершенствование техники игры в нападении и защите	Умения	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
		3 Совершенствование техники командных взаимодействий	Действия	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
	2 Баскетбол	1 Подводящие упражнения к совершенствованию техники игры в баскетбол	Знание	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
		2 Совершенствование технико-тактических действий при опеке игрока	Умения	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
		3 Совершенствование тактики командных действий в защите и нападении	Действия	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
	3 Мини-футбол	1 Тактики и техника ведения игры	Знание	4 – ОТЗ 3 – ЗТЗ
		2 Совершенствование тактики позиционного нападения и игры в обороне	Умения	3 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
		3 Совершенствования комбинаций из освоенных элементов техники.	Действия	4 – ОТЗ 4 – ЗТЗ
Итого				32 – ЗТЗ 32 – ОТЗ

Полный комплект ФТЗ хранится в электронной информационно-образовательной среде КриЖТ ИрГУПС и обучающийся имеет возможность ознакомиться с демонстрационным вариантом ФТЗ.

Ниже приведен образец типового варианта итогового теста, предусмотренного рабочей программой дисциплины

Образец типового варианта теста 2 семестр,
предусмотренного рабочей программой дисциплины
Количество ОТЗ – 9 (50%), ЗТЗ – 9 (50%)
Норма времени – 45 мин.

1. Какой удар в волейболе называется нападающим?
 - а) любой удар по мячу, находящемуся выше головы бьющего, на половину поля соперника (кроме подачи и блока)
 - б) любой удар по мячу, находящемуся выше уровня сетки, на половину поля соперника (кроме подачи и блока)
 - в) любой удар по мячу на половину соперника (кроме подачи и блока)

2. Цель игры в три касания:
 - а) запутать соперника
 - б) подготовка к нападающему удару
 - в) для разыгрывания мяча

3. Каким из способов можно совершенствовать выносливость:

- а) бегать длинные дистанции
- б) прыгать на батуте
- в) поднимать гири

4. Переход игроков осуществляется против часовой стрелки. Так ли это? _____

5. Техника перемещения в баскетболе:

- а) бег, рывок, приставные шаги, прыжки, остановки и повороты
- б) рывок, приставные шаги и прыжки
- в) бег, рывок и скачки

6. На какой высоте находится баскетбольное кольцо?

- а) 305 см.
- б) 260 см.
- в) 310 см.

7. Как называется прием, который вводит мяч в игру в баскетболе?

- а) начальный удар
- б) вбрасывание
- в) пас

8. Сколько игроков в баскетбольной команде? _____

9. Процесс совершенствования физического развития человека, в результате его физической подготовки - _____

10. Можно ли касаться мяча ногой в баскетболе? _____

11. Для определения уровня силовой подготовки нужно выполнить:

- а) наклоны сидя
- б) подтягивания
- в) прыжки в длину с места

12. Сколько шагов можно делать без владения мяча в баскетболе? _____

13. Какова высота волейбольной сетки на мужских соревнованиях? _____

14. Страна, в которой баскетбол — национальный вид спорта — _____.

15. Имеет ли право игрок в волейболе коснуться мяча дважды подряд _____

16. Разрешается ли в мини-футболе при отборе мяча использовать толчок соперника плечом в плечо?

- а) приветствуется
- б) разрешается
- в) не разрешается

17. Сколько длится тайм в футболе? _____.

18. Какой мяч легче?

- а) футбольный
- б) мини-футбольный
- в) волейбольный

Образец типового варианта теста 3 семестр,
предусмотренной рабочей программой дисциплины
Количество ОТЗ – 9 (50%), ЗТЗ – 9 (50%)
Норма времени – 45 мин.

1. При приеме подач игроку необходимо располагаться?
 - а) не ближе средней части площадки
 - б) в задней части площадки
 - в) за границей площадки

2. Совокупность простых физических упражнений, которые каждый день проводятся после утреннего пробуждения, называется _____

3. Техника перемещения в баскетболе:
 - а) бег, рывок, приставные шаги, прыжки, остановки и повороты
 - б) остановки и повороты
 - в) бег, рывок и скачки

4. Техника владения мячом в баскетболе включает в себя один из следующих приемов:
 - а) пасы
 - б) передачи
 - в) повороты

5. Сколько времени дается команде на атаку в баскетболе _____ сек.

6. Для тестирования уровня скоростных качеств нужно пробежать:
 - а) 30 метров
 - б) 300 метров
 - в) 4 * 9 метров

7. Как называется прием, который вводит мяч в игру в волейболе _____

8. Состояние, возникающее вследствие долгого отсутствия отдыха организма человека _____

9. Как называется прием, который вводит мяч в игру?
 - а) начальный удар;
 - б) вбрасывание;
 - в) пас.

10. Выход запасного игрока на площадку вместо игрока основного состава в волейболе обозначается как _____

11. Страна, в которой баскетбол — национальный вид спорта – _____

12. Сколько игроков обеих команд в футболе одновременно участвуют в игре? _____

13. Стойка волейболиста помогает игроку:
 - а) быстро переместиться «под мяч»;
 - б) следить за полетом мяча;
 - в) выполнить нападающий удар.

14. Где обозначается отметка для пробития мини-футбольного мяча?

- а) 4 метра от ворот
- б) 8 метров от ворот
- в) 6 метров от ворот

15. Минимальное количество игроков в одной футбольной команде - ____ человек.

16. Принимать подачу в волейболе имеет право

- а) любой играющий
- б) только «либеро»
- в) только №2, 5, 4

17. Засчитывается ли гол, забитый в ворота своей команды своим же игроком? _____

18. Сколько шагов можно делать после окончания ведения мяча в баскетболе:

- а) 3
- б) 2
- в) 4

Образец типового варианта теста 4 семестр,
предусмотренного рабочей программой дисциплины

Количество ОТЗ – 9 (50%), ЗТЗ – 9 (50%)

Норма времени – 45 мин.

1. Что такое «pivot» в баскетболе?

- а) штрафной бросок
- б) остановка после ведения
- в) шаги на месте без отрыва опорной ноги

2. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов:

- а) остановки
- б) броски в корзину
- в) развороты

3. Имеет ли право игрок, производящий прием подачи, коснуться мяча дважды подряд?

- а) да
- б) да и несколько раз
- в) нет

4. Что означает в переводе слово «волейбол»? _____

5. Какое количество выигранных партий необходимо команде для победы в матче в волейболе? _____

6. В баскетболе за забитый мяч со штрафной линии дается ____ очков.

7. Что относится к комбинациям в волейболе:

- а) крест
- б) отсечение
- в) волна

8. Предъявленная красная карточка футбольным арбитром означает _____

9. Процесс совершенствования физического развития человека, в результате его физической подготовки - _____

10. Каким из способов можно совершенствовать выносливость:

- а) бегать длинные дистанции
- б) прыгать на батуте
- в) поднимать гири

11. Групповой отбор мяча в баскетболе используется чаще всего:

- а) при активной защите и прессинге
- б) на половине площадки соперника
- в) при явном проигрыше команды

12. Чем футболист вводит аут во время матча _____

13. Какой мяч легче:

- а) футбольный
- б) мини-футбольный
- в) волейбольный

14. Сколько длится игра в баскетболе? _____.

15. Фиксируется ли в мини-футболе положение в «вне игры»?

- а) фиксируется
- б) через раз
- в) не фиксируется

16. Сколько касаний разрешается сделать команде после отскока мяча от блока?

17. Какой подачи нет в волейболе:

- а) закручивающая подача
- б) верхняя прямая
- в) подача в прыжке

18. Как называется линия, на которой расположены футбольные ворота? _____

Образец типового варианта теста 5 семестр,
предусмотренного рабочей программой дисциплины
Количество ОТЗ – 9 (50%), ЗТЗ – 9 (50%)
Норма времени – 45 мин.

1. Групповые и командные тактические действия вначале изучаются:

- а) практически
- б) индивидуально
- в) теоретически

2. Принимать подачу в волейболе имеет право

- а) любой играющий
- б) только «либеро»
- в) только №2, 5, 4

3. Сколько очков получает команда, забросившая мяч в кольцо с дистанции далее 6,05 метров?

4. Документ, в котором четко излагаются основные условия проведения первенства или турнира - _____.

5. Сколько очков необходимо набрать команде, чтобы выиграть партию в волейболе?

6. После ведения мяча в баскетболе разрешено сделать _____ шага.

7. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов:

- а) ведение мяча
- б) повороты
- в) перебежки

8. В каком игровом виде спорта в игре может быть ничейный счет? _____

9. Переход игроков по площадке в волейболе осуществляется:

- а) куда покажет тренер
- б) против часовой стрелке
- в) по часовой стрелке

10. Сколько игроков в одной команде играет в мини-футбол? _____

11. Какие тактики нападения используют в баскетболе:

- а) быстрая и медленная
- б) командная и личная
- в) позиционная и быстрая

12. Можно ли начинать игру в баскетбол, если на площадке в одной из команд нет пяти игроков? _____

13. Каким из способов можно совершенствовать выносливость:

- а) бегать длинные дистанции
- б) прыгать на батуте
- в) поднимать гири

14. Каким способом определяется право начального удара и выбор ворот в начале футбольного матча? _____

15. Ограничивается ли в матче по футболу число замен игроков?

- а) 5 замен
- б) 8 замен
- в) не ограничивается

16. Стойка волейболиста помогает игроку:

- а) быстро переместиться «под мяч»;
- б) следить за полетом мяча;
- в) выполнить нападающий удар.

17. Состояние, возникающее вследствие долгого отсутствия отдыха организма человека

18. Для тестирования уровня скоростных качеств нужно пробежать:

- а) 30 метров
- б) 300 метров
- в) 4 * 9 метров

Образец типового варианта теста 6 семестр,
предусмотренного рабочей программой дисциплины

Количество ОТЗ – 9 (50%), ЗТЗ – 9 (50%)

Норма времени – 45 мин.

1. Основным способом приема и передачи мяча в волейболе является:

- а) нижняя передача мяча двумя руками
- б) нижняя передача одной рукой
- в) верхняя передача двумя руками

2. Как называется действие игрока позволяющий оставить мяч в игре после подачи:

- а) прием мяча
- б) отбивание мяча
- в) все ответы верны

3. Групповые и командные тактические действия вначале изучаются:

- а) практически
- б) индивидуально
- в) теоретически

4. Сколько очков даётся за забитый мяч со штрафной линии в баскетболе:

- а) 3 очка
- б) 2 очка
- в) 1 очко

5. В волейболе на выполнение подачи после свистка арбитра отводится ___ секунд

6. Как называется прием, который вводит мяч в игру?

- а) начальный удар
- б) вбрасывание
- в) пас

7. Какое максимальное количество игроков может находиться на площадке в волейболе?

8. Разрешается ли в мини-футболе при отборе мяча использовать толчок соперника плечом в плечо?

- а) приветствуется
- б) разрешается
- в) не разрешается

9. Сколько длится игра в баскетболе? _____.

10. Фиксируется ли в мини-футболе положение в «вне игры»? _____

11. на каком расстоянии от ворот обозначается отметка для пробития футбольного пенальти?

12. Как называется линия, на которой расположены футбольные ворота? _____
13. Какой способ приема мяча следует применить, если подача сильная и мяч немного не долетает до игрока?
а) сверху двумя руками.
б) снизу двумя руками.
в) одной рукой снизу.
14. Какие тактики нападения используют в баскетболе:
а) быстрая и медленная
б) командная и личная
в) позиционная и быстрая
15. Засчитывается ли гол, забитый в ворота своей команды своим же игроком? _____
16. Что из перечисленного не является названием подвижной игры?
а) подними соперника;
б) синица;
в) салки.
17. Как называются игры с простым содержанием, где используются естественные движения, а достижение цели не связано с высокими физическими усилиями _____
18. Что такое "дриблинг"? _____

3.3 Перечень типовых вопросов к зачету (для оценки знаний)

Тема 1 Волейбол

- 1 Правила игры в волейбол.
- 2 Техника игры в волейбол.
- 3 Тактика игры в волейбол.

Тема 2 Баскетбол.

- 1 Правила игры в баскетбол.
- 2 Техника игры в баскетбол.
- 3 Тактика игры в баскетбол.

Тема 3 Мини-футбол

- 1 Правила игры в мини-футбол.
- 2 Техника игры в мини-футбол.
- 3 Тактика игры в мини-футбол.

4 Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

В таблице дано описание процедур проведения контрольно-оценочных мероприятий, соответствующих рабочей программе дисциплины, и процедур оценивания результатов обучения с помощью спланированных оценочных средств.

Наименование оценочного средства	Описания процедуры проведения контрольно-оценочного мероприятия и процедуры оценивания результатов обучения
Контрольные нормативы	Выполнение контрольных нормативов по темам.
Тестирование	Тестирования, предусмотренные рабочей программой дисциплины, проводятся во время практических занятий. Тестирование проводится с использованием компьютерных технологий. Варианты тестовых заданий формируются случайно из базы ТЗ. Во время выполнения заданий пользоваться учебниками, справочниками, конспектами лекций, тетрадями для практических занятий не разрешено
Зачет	Зачет проводится в форме собеседования по перечню теоретических вопросов (не более двух теоретических) или в форме тестирования (при этом обязательно учитываются результаты контрольных нормативов). Перечень теоретических вопросов обучающиеся получают в начале курса через электронную информационно-образовательную среду КриЖТ ИрГУПС (личный кабинет обучающегося). Полный комплект ФТЗ хранится в электронной информационно-образовательной среде КриЖТ ИрГУПС и обучающийся имеет возможность ознакомиться с демонстрационным вариантом ФТЗ

Задания, по которым проводятся контрольно-оценочные мероприятия, оформляются в соответствии с положением о формировании фонда оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и государственной итоговой аттестации, не выставляются в электронную информационно-образовательную среду КриЖТ ИрГУПС, а хранятся на кафедре-разработчике ФОС на бумажном носителе в составе ФОС по дисциплине.