

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 «02» июня 2023 г. № 426-1

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

Направление подготовки – 38.03.03 Управление персоналом

Профиль – Управление персоналом организации

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма и срок обучения – 4 года очная форма; 4 года 8 мес. очно-заочная форма

Кафедра-разработчик программы – Управление персоналом

Общая трудоемкость в з.е. – 0

Часов по учебному плану (УП) – 328

Формы промежуточной аттестации в семестрах

очная форма обучения: зачет 2, 3, 4, 5, 6

очно-заочная форма обучения: зачет 2, 3, 4

**Очная форма обучения**

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

| Семестр  | 2           | 3           | 4           | 5           | 6           | Итого       |
|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Число недель в семестре                                      | 17          | 17          | 17          | 17          | 17          |             |
| Вид занятий  | Часов по УП | Часов по УП | Часов по УП | Часов по УП | Часов по УП | Часов по УП |
| <b>Аудиторная контактная работа по видам учебных занятий</b> | <b>34</b>   | <b>34</b>   | <b>34</b>   | <b>34</b>   | <b>34</b>   | <b>170</b>  |
| – лекции   |             |             |             |             |             |             |
| – практические (семинарские)                                 | 34          | 34          | 34          | 34          | 34          | 170         |
| <b>Самостоятельная работа</b>                                | <b>32</b>   | <b>32</b>   | <b>32</b>   | <b>31</b>   | <b>31</b>   | <b>158</b>  |
| <b>Итого</b>   | <b>66</b>   | <b>66</b>   | <b>66</b>   | <b>65</b>   | <b>65</b>   | <b>328</b>  |

**Очно-заочная форма обучения**

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

| Семестр  | 2           | 3           | 4           | Итого       |
|--|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Число недель в семестре  | 17          | 17          | 17          |             |
| Вид занятий  | Часов по УП | Часов по УП | Часов по УП | Часов по УП |
| <b>Аудиторная контактная работа по видам учебных занятий/в форме ПП*</b> | <b>17</b>   | <b>17</b>   | <b>17</b>   | <b>51</b>   |
| – лекции   |             |             |             |             |
| – практические (семинарские)   | 17          | 17          | 17          | 51          |
| <b>Самостоятельная работа</b>  | <b>83</b>   | <b>83</b>   | <b>84</b>   | <b>250</b>  |
| <b>Зачет</b>   | <b>9</b>    | <b>9</b>    | <b>9</b>    | <b>27</b>   |
| <b>Итого</b>   | <b>109</b>  | <b>109</b>  | <b>110</b>  | <b>328</b>  |

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 федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 38.03.03 Управление персоналом, утверждённым приказом Минобрнауки России от 12.08.2020 г. № 955.

Программу составил:  
Ст. преподаватель

С.М. Кончакова

Рабочая программа рассмотрена и одобрена для использования в учебном процессе на заседании кафедры «Управление персоналом», протокол от «11» мая 2023 г. № 9.

Заведующий кафедрой, канд. техн. наук, доцент

В.О. Колмаков

| <b>1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ</b>   |  |
|---|--|
| <b>1.1 Цель дисциплины</b>  |  |
| 1   | формирование компетентности в сфере физической культуры, ориентированной на развитие способности использовать средства и методы спортивных игр для сохранения и укрепления здоровья, физической, профессионально-прикладной и самоподготовки |
| <b>1.2 Задачи дисциплины</b>  |  |
| 1   | укреплять здоровье, совершенствовать физическое развитие   |
| 2   | формировать интерес к самостоятельным занятиям физическими упражнениями  |
| 3   | сформировать интерес к спортивным играм  |
| 4   | выявить предрасположенности к спортивным играм   |
| 5   | воспитывать морально-нравственные качества посредством спортивных игр  |
| 6   | содействовать развитию координационных способностей в ходе двигательной деятельности   |
| 7   | формировать навык сохранения правильной осанки   |
| 8   | достичь гармоничного физического развития  |
| 9   | овладеть методами контроля при самостоятельных занятиях физическими упражнениями   |
| <b>1.3 Цель воспитания и задачи воспитательной работы в рамках дисциплины</b>   |  |
| 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 молодёжи;   |  |
| – 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  |  |

| <b>2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП</b>   |  |
|--|--|
| <b>2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося</b>  |  |
| 1  | Б1.О.05 Физическая культура и спорт                                      |
| <b>2.2 Дисциплины и практики, для которых изучение данной дисциплины необходимо как предшествующее</b> |  |
| 1  | Б1.В.ДВ.01.01 Общая физическая подготовка                                |
| 2  | Б1.В.ДВ.01.03 Легкая атлетика  |
| 3  | Б1.В.ДВ.01.04 Фитнес-аэробика  |
| 4  | Б1.В.ДВ.01.05 Атлетическая гимнастика                                    |
| 5  | Б1.В.ДВ.01.06 Оздоровительная физическая культура                        |
| 6  | Б3.01(Д) Подготовка к процедуре защиты выпускной квалификационной работы |
| 7  | Б3.02(Д) Защита выпускной квалификационной работы                        |

| <b>3 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ТРЕБОВАНИЯМИ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b> |  |   |
|--|--|---|
| Код и наименование компетенции   | Код и наименование индикатора достижения компетенции   | Планируемые результаты обучения   |
| УК-7<br>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности  | УК-7.1. Выбирает здоровые берегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма | Знать: содержание основных компонентов здорового образа жизни и теоретические основы здоровьесбережения; методику контроля физического развития (морфологические показатели), физической подготовленности (физические качества), уровня тренированности (состояние функциональных систем) |

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p>для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> |  | <p>Уметь: организовать свой образ жизни в соответствии с требованиями и нормами здоровьесберегающих технологий; анализировать полученные результаты о состоянии собственного здоровья, вести дневник самоконтроля; творчески применить личный опыт использования физкультурно-оздоровительной деятельности в достижении жизненных и профессиональных целей</p> <p>Владеть: системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке); практическими навыками оценки уровня развития физических качеств и показателей собственного здоровья</p>   |
|   | <p>УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время с учетом достаточной физической активности, оптимально подбирает средства и методы физической культуры для обеспечения должной работоспособности</p> | <p>Знать: особенности дозирования физических нагрузок с учетом возраста, пола и уровня физического развития занимающегося</p> <p>Уметь: творчески применить личный опыт использования физкультурно-оздоровительной деятельности в достижении жизненных и профессиональных целей; понимать роль и способы воздействия физических нагрузок на организм занимающихся, чтобы грамотно, с физиологической точки зрения, управлять собственным процессом укрепления здоровья; построить как тренировочное занятие, так и составить программу тренировок для организации тренировочного процесса по избранному виду двигательной активности</p> <p>Владеть: навыками прогнозирования срочной и долговременной адаптации морфологических и функциональных показателей в динамике тренировочного процесса; широким набором методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности</p> |
|   | <p>УК-7.3. Владеет рациональными способами профилактики профессиональных заболеваний, психофизического утомления в быту и профессиональной деятельности</p>  | <p>Знать: теоретические основы производственной физической культуры, а также механизмы влияния физических упражнений на психоэмоциональное состояние и профилактику травматизма на рабочем месте</p> <p>Уметь: обеспечить должный уровень общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии, а также снизить негативное влияние профессиональной деятельности на здоровье посредством рационального применения полного комплекса средств, методов и форм физической культуры</p> <p>Владеть: широким набором методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности; методикой реализации принципов производственной физической культуры в трудовом коллективе и внутри отдельной организации</p>   |

#### 4 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| Код        | Наименование разделов, тем и видов работы   | Очная форма |      |     |     | Очно-заочная форма |         |      |    | *Код индикатора достижения компетенции |                         |    |
|------------|---|-------------|------|-----|-----|--------------------|---------|------|----|--|-------------------------|----|
|            |   | Семестр     | Часы |     |     |                    | Семестр | Часы |    |  |                         |    |
|            |   |             | Лек  | Пр  | Лаб | СР                 |         | Лек  | Пр |  | Лаб                     | СР |
| <b>1.0</b> | <b>Раздел 1 Учебно-методический раздел</b>  |             |      |     |     |                    |         |      |    |  |                         |    |
| 1.1        | Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. | 2           |      | 2   | 10  | 2                  |         | 3    |    | 33                                     | УК-7.1 УК-7.2<br>УК-7.3 |    |
| <b>2.0</b> | <b>Раздел 2 Общеразвивающие упражнения</b>  |             |      |     |     |                    |         |      |    |  |                         |    |
| 2.1        | Обучение общеразвивающим комплексам   | 2           |      | 32  | 22  | 2                  |         | 6    |    | 25                                     | УК-7.1 УК-7.2<br>УК-7.3 |    |
| 2.2        | Совершенствование общеразвивающих комплексов  | 3           |      | 17  | 16  | 2                  |         | 8    |    | 25                                     | УК-7.1 УК-7.2<br>УК-7.3 |    |
| <b>3.0</b> | <b>Раздел 3 Специальная физическая и техническая подготовка</b>                             |             |      |     |     |                    |         |      |    |  |                         |    |
| 3.1        | Специальная физическая и техническая подготовка   | 3           |      | 17  | 16  | 3                  |         | 5    |    | 30                                     | УК-7.1 УК-7.2<br>УК-7.3 |    |
| 3.2        | Совершенствование специальной физической и технической подготовки                           | 4           |      | 17  | 16  | 3                  |         | 6    |    | 30                                     | УК-7.1 УК-7.2<br>УК-7.3 |    |
| <b>4.0</b> | <b>Раздел 4 Обучение технике спортивных игр</b>   |             |      |     |     |                    |         |      |    |  |                         |    |
| 4.1        | Обучение технике спортивных игр   | 4           |      | 17  | 16  | 3                  |         | 6    |    | 23                                     | УК-7.1 УК-7.2<br>УК-7.3 |    |
| 4.2        | Совершенствование техники спортивных игр  | 5           |      | 17  | 15  | 4                  |         | 4    |    | 20                                     | УК-7.1 УК-7.2<br>УК-7.3 |    |
| <b>5.0</b> | <b>Раздел 5 Профессионально-прикладная физическая подготовка</b>                            |             |      |     |     |                    |         |      |    |  |                         |    |
| 5.1        | Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся                                | 5           |      | 17  | 16  | 4                  |         | 4    |    | 20                                     | УК-7.1 УК-7.2<br>УК-7.3 |    |
| 5.2        | Профессионально-прикладная физическая подготовка  | 6           |      | 17  | 16  | 4                  |         | 4    |    | 20                                     | УК-7.1 УК-7.2<br>УК-7.3 |    |
| 5.3        | Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки                          | 6           |      | 17  | 15  | 4                  |         | 5    |    | 24                                     | УК-7.1 УК-7.2<br>УК-7.3 |    |
|            | Зачет   |             |      |     |     |                    |         | 27   |    |  |                         |    |
|            | Итого   |             |      | 170 | 158 |                    |         | 51   |    | 250                                    |                         |    |

**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: оформлен в виде приложения № 1 к рабочей программе дисциплины и размещен 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] - <a href="https://urait.ru/bcode/449973">https://urait.ru/bcode/449973</a>                              | 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] - <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=497151">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=497151</a> | 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] - <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=271591">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=271591</a>                      | 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] - <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364606">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364606</a> | 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] - <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=441285">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=441285</a>                              | Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016.         | 100% онлайн                           |

**6.1.3 Учебно-методические разработки (в т. ч. для самостоятельной работы обучающихся)**

|         | Авторы, составители                      | Заглавие   | Издательство, год издания/ Личный кабинет обучающегося | 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] <a href="http://irbis.krsk.irkpups.ru/web_ft/index.php?C21COM=S&amp;S21COLORTERMS=1&amp;P21DBN=IBIS&amp;I21DBN=IBIS_FULLTEXT&amp;LNG=&amp;Z21ID=8965&amp;S21FMT=brieftHTML_ft&amp;USES21ALL=1&amp;S21ALL=%3C%2E%3E%3D796%2F799%2F%D0%A7%2D60%2D865791%3C%2E%3E&amp;FT_PREFIX=KT=&amp;SEARCH_STRING=&amp;S21STN=1&amp;S21REF=10&amp;S21CNR=5&amp;auto_open=4">http://irbis.krsk.irkpups.ru/web_ft/index.php?C21COM=S&amp;S21COLORTERMS=1&amp;P21DBN=IBIS&amp;I21DBN=IBIS_FULLTEXT&amp;LNG=&amp;Z21ID=8965&amp;S21FMT=brieftHTML_ft&amp;USES21ALL=1&amp;S21ALL=%3C%2E%3E%3D796%2F799%2F%D0%A7%2D60%2D865791%3C%2E%3E&amp;FT_PREFIX=KT=&amp;SEARCH_STRING=&amp;S21STN=1&amp;S21REF=10&amp;S21CNR=5&amp;auto_open=4</a> | Красноярск : КриЖТ ИрГУПС, 2013                        | 100 % онлайн                          |
| 6.1.3.2 | Кончакова С.М.                           | Методические материалы и указания по изучению дисциплины   | Личный кабинет обучающегося, ЭИОС                      | 100% онлайн                           |

**6.2 Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

|       |  |  |  |  |
|-------|--|--|--|--|
| 6.2.1 | Библиотека КриЖТ ИрГУПС : [сайт] / Красноярский институт железнодорожного транспорта –филиал |  |  |  |
|-------|--|--|--|--|

|       |  |
|-------|--|
|       | ИрГУПС. – Красноярск. – URL: <a href="http://irbis.krsk.igups.ru/">http://irbis.krsk.igups.ru/</a> . – 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, 2013-2023. – URL: <a href="http://umcздт.ru/books/">http://umcздт.ru/books/</a> . – Режим доступа: по подписке. – Текст : электронный. |
| 6.2.3 | Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «ЗНАНИУМ». – Москва. 2011-2023. – URL: <a href="http://znanium.com">http://znanium.com</a> . – Режим доступа: по подписке. – Текст : электронный.   |
| 6.2.4 | Образовательная платформа Юрайт : электронная библиотека : сайт / ООО «Электронное издательство Юрайт». – Москва, 2020-2023. – URL: <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a> . – Режим доступа: по подписке. – Текст : электронный  |
| 6.2.5 | Лань : электронно-библиотечная система : сайт / Издательство Лань. – Санкт-Петербург, 2011-2023. – URL: <a href="http://e.lanbook.com">http://e.lanbook.com</a> . – Режим доступа: по подписке. – Текст : электронный.   |
| 6.2.6 | Университетская библиотека онлайн : электронная библиотека : сайт / ООО «Директ-Медиа». – Москва, 2006-2023. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/">https://biblioclub.ru/</a> . – Режим доступа: по подписке. – Текст : электронный.   |
| 6.2.7 | Красноярский институт железнодорожного транспорта : [электронная информационно-образовательная среда] / Красноярский институт железнодорожного транспорта. – Красноярск. – URL: <a href="http://sdo.krsk.igups.ru/">http://sdo.krsk.igups.ru/</a> . – Текст: электронный.                                      |
| 6.2.8 | Российские железные дороги : официальный сайт / ОАО «РЖД». – Москва, 2003-2023. – URL: <a href="http://www.rzd.ru/">http://www.rzd.ru/</a> . – Текст: электронный.   |
| 6.2.9 | Национальная электронная библиотека : федеральный проект : сайт / Министерство Культуры РФ. – Москва, 2016-2023. – URL: <a href="https://rusneb.ru/">https://rusneb.ru/</a> . – Режим доступа: по подписке. – Текст : электронный  |

### 6.3 Программное обеспечение и информационные справочные системы

#### 6.3.1 Базовое программное обеспечение

|         |  |
|---------|--|
| 6.3.1.1 | Microsoft Windows Vista Business Russian, авторизационный номер лицензиата 64787976ZZS1011, номер лицензии 44799789.<br>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 Специализированное программное обеспечение

|         |                 |
|---------|-----------------|
| 6.3.2.1 | Не используется |
|---------|-----------------|

#### 6.3.3 Информационные справочные системы

|         |  |
|---------|--|
| 6.3.3.1 | Красноярский центр научно-технической информации и библиотек (КрЦНТИБ) : сайт. – Красноярск. – URL: <a href="http://denti.krw.rzd">http://denti.krw.rzd</a> . – 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 [Электронный ресурс] <a href="http://www.gto-normy.ru/">http://www.gto-normy.ru/</a> Режим доступа : из локальной сети.  |

#### 6.4 Правовые и нормативные документы

|       |                 |
|-------|-----------------|
| 6.4.1 | Не используется |
|-------|-----------------|

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

|   |  |
|---|--|
| 1 | Корпуса А, Л, Т, Н КрИЖТ ИрГУПС находятся по адресу г. Красноярск, ул. Новая Заря, д. 2 И. Лыжная база находится по адресу г. Красноярск, ул. Ленинградская, д.58.   |
| 2 | Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых проектов, работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения (ноутбук, проектор, экран), служащими для представления учебной информации большой аудитории. Для проведения занятий лекционного типа имеются учебно-наглядные пособия (презентации, плакаты, таблицы), обеспечивающие тематические иллюстрации содержания дисциплины. |
| 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.<br>Помещения для самостоятельной работы обучающихся:<br>– читальный зал библиотеки;<br>– компьютерные классы А-224, А-409, А-414, Л-203, Л-204, Л-214, Л-404, Л-410, Н-204, Н-207, Т-46, Т-5.  |

## 8 МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

|                          |   |
|--------------------------|---|
| Вид учебной деятельности | Организация учебной деятельности обучающегося |
|--------------------------|---|

|  |  |
|--|--|
| <p>Практическое занятие</p>  | <p>Практическое занятие – вид аудиторных учебных занятий, целенаправленная форма организации учебного процесса, при реализации которой обучающиеся по заданию и под руководством преподавателя выполняют практические задания. Практические занятия направлены на овладение обучающимися методами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности. В процессе которых вырабатываются умения и навыки выполнения тех или иных учебных действий в данной сфере науки. Практические занятия имеют своей целью формирование у студентов компетенции, связанной с пониманием и правильным использованием методов для повышения адаптационных резервов организма и для последующего применения полученных методических знаний, навыков и умений в интересах обеспечения активной и конкурентоспособной профессиональной деятельности.</p> <p>Цель практических занятий – углублять, расширять, детализировать знания, полученные на лекции, в обобщенной форме и содействовать выработке навыков профессиональной деятельности.</p> |
| <p>Самостоятельная работа</p>  | <p>Обучение по дисциплине «Спортивные игры» предусматривает активную самостоятельную работу обучающегося. На самостоятельную работу отводится 158 час по очной форме обучения. В разделе 4 рабочей программы, который называется «Структура и содержание дисциплины», все часы самостоятельной работы расписаны по темам, а также указана необходимая учебная литература: обучающийся изучает учебный материал. Если этого будет недостаточно для выполнения всей работы можно дополнительно воспользоваться учебными пособиями, приведенными в разделе 6.1 «Учебная литература». Если, несмотря на изученный материал, задание выполнить не удастся, то в обязательном порядке необходимо посетить консультацию преподавателя, ведущего практические занятия, и/или консультацию лектора.</p> <p>ИДЗ должно быть выполнены обучающимся в установленные преподавателем сроки.</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</p> |  |



**Приложение 1 к рабочей программе по дисциплине  
Б1.В.ДВ.01.02 Спортивные игры**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**для проведения текущего контроля успеваемости  
и промежуточной аттестации по дисциплине**

**Б1.В.ДВ.01.02 Спортивные игры**

## 1. Общие положения

Фонд оценочных средств (ФОС) является составной частью нормативно-методического обеспечения системы оценки качества освоения обучающимися образовательной программы.

Фонд оценочных средств предназначен для использования обучающимися, преподавателями, администрацией КрИЖТ ИрГУПС, а также сторонними образовательными организациями для оценивания качества освоения образовательной программы и уровня сформированности компетенций у обучающихся.

Задачами ФОС являются:

- оценка достижений обучающихся в процессе изучения дисциплины;
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс;
- самоподготовка и самоконтроль обучающихся в процессе обучения.

Фонд оценочных средств сформирован на основе ключевых принципов оценивания: валидность, надежность, объективность, эффективность.

Для оценки уровня сформированности компетенций используется трехуровневая система:

- минимальный уровень освоения, обязательный для всех обучающихся по завершению освоения образовательной программы; дает общее представление о виде деятельности, основных закономерностях функционирования объектов профессиональной деятельности, методов и алгоритмов решения практических задач;
- базовый уровень освоения, превышение минимальных характеристик сформированности компетенций; позволяет решать типовые задачи, принимать профессиональные и управленческие решения по известным алгоритмам, правилам и методикам;
- высокий уровень освоения, максимально возможная выраженность характеристик компетенций; предполагает готовность решать практические задачи повышенной сложности, нетиповые задачи, принимать профессиональные и управленческие решения в условиях неполной определенности, при недостаточном документальном, нормативном и методическом обеспечении.

## 2. Перечень компетенций, в формировании которых участвует дисциплина.

### Программа контрольно-оценочных мероприятий.

#### Показатели оценивания компетенций, критерии оценки

Дисциплина «Спортивные игры» участвует в формировании компетенций:

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

### Программа контрольно-оценочных мероприятий очная форма обучения

| №                | Неделя | Наименование контрольно-оценочного мероприятия | Объект контроля (понятие/тем/раздел и т.д. дисциплины)  | Код индикатора достижения компетенции | Наименование оценочного средства (форма проведения*) |
|------------------|--------|--|---|---------------------------------------|--|
| <b>2 семестр</b> |        |  |   |                                       |  |
| 1                | 6      | Текущий контроль                               | 1.1 Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Тестирование по дисциплине (компьютерные технологии) |
| 2                | 14     | Текущий  | 2.1 Обучение общеразвивающим  | УК-7.1                                | Сдача контрольных                                    |

| №                | Неделя | Наименование контрольно-оценочного мероприятия | Объект контроля (понятие/тем/раздел и т.д. дисциплины)                | Код индикатора достижения компетенции | Наименование оценочного средства (форма проведения*) |
|------------------|--------|--|---|---------------------------------------|--|
|                  |        | контроль                                       | комплексам  | УК-7.2<br>УК-7.3                      | нормативов   |
| 3                | 16     | Текущий контроль                               | Темы 1.1-2.1  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Тестирование по дисциплине (компьютерные технологии) |
| 4                | 17     | Промежуточная аттестация - зачет               | Темы 1.1-2.1  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Собеседование (устно)                                |
| <b>3 семестр</b> |        |  |   |                                       |  |
| 1                | 6      | Текущий контроль                               | 2.2 Совершенствование общеразвивающих комплексов.                     | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 2                | 14     | Текущий контроль                               | 3.1 Специальная физическая и техническая подготовка                   | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 3                | 16     | Текущий контроль                               | Темы 2.2-3.1  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Тестирование по дисциплине (компьютерные технологии) |
| 4                | 17     | Промежуточная аттестация - зачет               | Темы 2.2-3.1  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Собеседование (устно)                                |
| <b>4 семестр</b> |        |  |   |                                       |  |
| 1                | 6      | Текущий контроль                               | 3.2 Совершенствование специальной физической и технической подготовки | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 2                | 14     | Текущий контроль                               | 4.1 Обучение технике спортивных игр                                   | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 3                | 16     | Текущий контроль                               | Темы 3.2-4.1  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Тестирование по дисциплине (компьютерные технологии) |
| 4                | 17     | Промежуточная аттестация - зачет               | Темы 3.2-4.1  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Собеседование (устно)                                |
| <b>5 семестр</b> |        |  |   |                                       |  |
| 1                | 6      | Текущий контроль                               | 4.2 Совершенствование техники спортивных игр                          | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 2                | 14     | Текущий контроль                               | 5.1 Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся      | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 3                | 16     | Текущий контроль                               | Темы 4.2-5.1  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Тестирование по дисциплине (компьютерные технологии) |
| 4                | 17     | Промежуточная аттестация - зачет               | Темы 4.2-5.1  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Собеседование (устно)                                |
| <b>6 семестр</b> |        |  |   |                                       |  |
| 1                | 6      | Текущий контроль                               | 5.2 Профессионально-прикладная физическая подготовка                  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 2                | 14     | Текущий контроль                               | 5.3 Совершенствование профессионально-прикладной                      | УК-7.1<br>УК-7.2                      | Сдача контрольных нормативов                         |

| № | Неделя | Наименование контрольно-оценочного мероприятия | Объект контроля (понятие/тем/раздел и т.д. дисциплины) | Код индикатора достижения компетенции | Наименование оценочного средства (форма проведения*) |
|---|--------|--|--|---------------------------------------|--|
|   |        |  | физической подготовки                                  | УК-7.3                                |  |
| 3 | 16     | Текущий контроль                               | Темы 5.2-5.3   | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Тестирование по дисциплине (компьютерные технологии) |
| 4 | 17     | Промежуточная аттестация - зачет               | Темы 5.2-5.3   | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Собеседование (устно)                                |

\*Форма проведения контрольно-оценочного мероприятия: устно, письменно, компьютерные технологии.

### Программа контрольно-оценочных мероприятий очно-заочная форма обучения

| №                | Неделя | Наименование контрольно-оценочного мероприятия | Объект контроля (понятие/тем/раздел и т.д. дисциплины)  | Код индикатора достижения компетенции | Наименование оценочного средства (форма проведения*) |
|------------------|--------|--|---|---------------------------------------|--|
| <b>2 семестр</b> |        |  |   |                                       |  |
| 1                | 5      | Текущий контроль                               | 1.1 Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Тестирование по дисциплине (компьютерные технологии) |
| 2                | 11     | Текущий контроль                               | 2.1 Обучение общеразвивающим комплексам   | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 3                | 16     | Текущий контроль                               | 2.2 Совершенствование общеразвивающих комплексов.   | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 4                | 16     | Текущий контроль                               | Темы 1.1-2.2  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Тестирование по дисциплине (компьютерные технологии) |
| 5                | 17     | Промежуточная аттестация - зачет               | Темы 1.1-2.2  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Собеседование (устно)                                |
| <b>3 семестр</b> |        |  |   |                                       |  |
| 1                | 5      | Текущий контроль                               | 3.1 Специальная физическая и техническая подготовка   | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 2                | 11     | Текущий контроль                               | 3.2 Совершенствование специальной физической и технической подготовки                           | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 3                | 16     | Текущий контроль                               | 4.1 Обучение технике спортивных игр   | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 4                | 16     | Текущий контроль                               | Темы 3.1-4.1  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Тестирование по дисциплине (компьютерные технологии) |
| 5                | 17     | Промежуточная аттестация - зачет               | Темы 3.1-4.1  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Собеседование (устно)                                |
| <b>4 семестр</b> |        |  |   |                                       |  |
| 1                | 4      | Текущий контроль                               | 4.2 Совершенствование техники спортивных игр  | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |
| 2                | 8      | Текущий контроль                               | 5.1 Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся                                | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3            | Сдача контрольных нормативов                         |

|   |    |                                  |  |                            |  |
|---|----|----------------------------------|--|----------------------------|--|
| 3 | 12 | Текущий контроль                 | 5.2 Профессионально-прикладная физическая подготовка                   | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3 | Сдача контрольных нормативов                         |
| 4 | 16 | Текущий контроль                 | 5.3 Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3 | Сдача контрольных нормативов                         |
| 5 | 16 | Текущий контроль                 | Темы 4.2-5.3   | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3 | Тестирование по дисциплине (компьютерные технологии) |
| 6 | 17 | Промежуточная аттестация - зачет | Темы 4.2-5.3   | УК-7.1<br>УК-7.2<br>УК-7.3 | Собеседование (устно)                                |

### Описание показателей и критериев оценивания компетенций.

#### 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» и четырехбалльная шкала («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»).

Перечень оценочных средств, используемых для оценивания компетенций, 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 контрольных нормативов 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                     |
|              | 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 шкалы оценивания результатов обучения при проведении *текущего контроля* успеваемости.

Критерии и шкала оценивания тестирования при текущем контроле

| Шкала оценивания       |              | Критерии оценивания   |
|------------------------|--------------|---|
| «отлично»              | «зачтено»    | Обучающийся верно ответил на 90 – 100 % тестовых заданий при прохождении тестирования   |
| «хорошо»               |              | Обучающийся верно ответил на 80 – 89 % тестовых заданий при прохождении тестирования    |
| «удовлетворительно»    |              | Обучающийся верно ответил на 70 – 79 % тестовых заданий при прохождении тестирования    |
| «не удовлетворительно» | «не зачтено» | Обучающийся верно ответил на 69 % и менее тестовых заданий при прохождении тестирования |

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. |

### 3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

#### 3.1 Перечень типовых контрольных нормативов (для оценки умений, навыков и (или) опыта деятельности)

| № 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 |         |      |      |      |      |

| № пп | Тесты  | Женщины |       |       |       |       | Мужчины |       |       |       |       |
|------|--|---------|-------|-------|-------|-------|---------|-------|-------|-------|-------|
|      |  | 5       | 4     | 3     | 2     | 1     | 5       | 4     | 3     | 2     | 1     |
| 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)<br>5 км (м)  | 18.00   | 19.30 | 20.20 | 20.00 | 19.30 | 23.30   | 25.30 | 26.30 | 27.30 | 28.30 |

### 3.2 Типовые тестовые задания по дисциплине

Компьютерное тестирование обучающихся по темам и дисциплине используется при проведении текущего контроля знаний обучающихся.

**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 семестр по дисциплине «Спортивные игры»

| Индикатор достижения компетенции   | Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером)   | Содержательный элемент                    | Характеристика содержательного элемента | Количество тестовых заданий, типы ТЗ |
|--|---|---|---|--------------------------------------|
| УК-7.1. Выбирает здоровые сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма<br>УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время с учетом достаточной физической активности, оптимально подбирает | 1.1 Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. | Современное состояние физической культуры | Знание                                  | 3 – ОТЗ<br>4 – ЗТЗ                   |
|  |   | Средства физической культуры              | Умения                                  | 3 – ОТЗ<br>4 – ЗТЗ                   |
|  |   | Основы здорового образа жизни             | Действия                                | 3 – ОТЗ<br>4 – ЗТЗ                   |
|  | 2.1 Обучение общеразвивающим комплексам   | Физические качества                       | Знание                                  | 4 – ОТЗ<br>3 – ЗТЗ                   |
|  |   | Подводящие                                | Умения                                  | 4 – ОТЗ                              |

| Индикатор достижения компетенции   | Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером) | Содержательный элемент | Характеристика содержательного элемента | Количество тестовых заданий, типы ТЗ |
|--|---|------------------------|---|--------------------------------------|
| средства и методы физической культуры для обеспечения должной работоспособности УК-7.3. Владеет рациональными способами профилактики профессиональных заболеваний, психофизического утомления в быту и профессиональной деятельности |   | упражнения             |   | 3 – 3ТЗ                              |
|  |   | Силовые упражнения     | Действия                                | 4 – ОТЗ<br>3 – 3ТЗ                   |
| Итого  |   |                        |   | 21 – 3ТЗ<br>21 - ОТЗ                 |

### Структура тестовых материалов 3 семестра по дисциплине «Спортивные игры»

| Индикатор достижения компетенции   | Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером) | Содержательный элемент      | Характеристика содержательного элемента | Количество тестовых заданий, типы ТЗ |
|--|---|-----------------------------|---|--------------------------------------|
| УК-7.1. Выбирает здоровые сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время с учетом достаточной физической активности, оптимально подбирает средства и методы физической культуры для обеспечения должной работоспособности УК-7.3. Владеет рациональными способами профилактики профессиональных заболеваний, психофизического утомления в быту и профессиональной деятельности | 2.2 Совершенствование общеразвивающих комплексов.     | Физические качества         | Знание                                  | 3 – ОТЗ<br>4 – 3ТЗ                   |
|  |   | Подводящие упражнения       | Умения                                  | 3 – ОТЗ<br>4 – 3ТЗ                   |
|  |   | Силовые упражнения          | Действия                                | 3 – ОТЗ<br>4 – 3ТЗ                   |
|  | 3.1 Специальная физическая и техническая подготовка   | Общая физическая подготовка | Знание                                  | 4 – ОТЗ<br>3 – 3ТЗ                   |
|  |   | Специальная физическая      | Умения                                  | 4 – ОТЗ<br>3 – 3ТЗ                   |
|  |   | Техническая подготовка      | Действия                                | 4 – ОТЗ<br>3 – 3ТЗ                   |
|  |   |                             |   |                                      |
| Итого  |   |                             |   | 21 – 3ТЗ<br>21 - ОТЗ                 |



**Структура тестовых материалов 4 семестра по дисциплине  
«Спортивные игры»**

| Индикатор достижения компетенции  | Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером)                 | Содержательный элемент             | Характеристика содержательного элемента | Количество тестовых заданий, типы ТЗ |
|---|---|------------------------------------|---|--------------------------------------|
| УК-7.1. Выбирает здоровые берегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма<br>УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время с учетом достаточной физической активности, оптимально подбирает средства и методы физической культуры для обеспечения должной работоспособности<br>УК-7.3. Владеет рациональными способами профилактики профессиональных заболеваний, психофизического утомления в быту и профессиональной деятельности | 3.2 Совершенствование специальной физической и технической подготовки | Общая физическая подготовка        | Знание                                  | 3 – ОТЗ<br>4 – ЗТЗ                   |
|   |   | Специальная физическая             | Умения                                  | 3 – ОТЗ<br>4 – ЗТЗ                   |
|   |   | Техническая подготовка             | Действия                                | 3 – ОТЗ<br>4 – ЗТЗ                   |
|   | 4.1 Обучение технике спортивных игр                                   | Основные упражнения спортивных игр | Знание                                  | 4 – ОТЗ<br>3 – ЗТЗ                   |
|   |   | Подводящие упражнения              | Умения                                  | 4 – ОТЗ<br>3 – ЗТЗ                   |
|   |   | Техника спортивных игр             | Действия                                | 4 – ОТЗ<br>3 – ЗТЗ                   |
|   |   | Итого                              |   |                                      |

**Структура тестовых материалов 5 семестра по дисциплине  
«Спортивные игры»**

| Индикатор достижения компетенции   | Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером)            | Содержательный элемент                           | Характеристика содержательного элемента | Количество тестовых заданий, типы ТЗ |
|--|--|--|---|--------------------------------------|
| УК-7.1. Выбирает здоровые берегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма<br>УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время с учетом достаточной физической активности, оптимально подбирает средства и методы физической культуры для обеспечения должной работоспособности<br>УК-7.3. Владеет рациональными способами профилактики профессиональных заболеваний, психофизического | 4.2 Совершенствование техники спортивных игр                     | Основные упражнения спортивных игр               | Знание                                  | 3 – ОТЗ<br>4 – ЗТЗ                   |
|  |  | Подводящие упражнения                            | Умения                                  | 3 – ОТЗ<br>4 – ЗТЗ                   |
|  |  | Техника спортивных игр                           | Действия                                | 3 – ОТЗ<br>4 – ЗТЗ                   |
|  | 5.1 Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся | Профессионально-прикладная физическая подготовка | Знание                                  | 4 – ОТЗ<br>3 – ЗТЗ                   |
|  |  | Особенности ППФП студентов                       | Умения                                  | 4 – ОТЗ<br>3 – ЗТЗ                   |
|  |  | Прикладные виды спорта и их элементы             | Действия                                | 4 – ОТЗ<br>3 – ЗТЗ                   |

| Индикатор достижения компетенции                 | Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером) | Содержательный элемент | Характеристика содержательного элемента | Количество тестовых заданий, типы ТЗ |
|--|---|------------------------|---|--------------------------------------|
| утомления в быту и профессиональной деятельности |   |                        |   |                                      |
| Итого  |   |                        |   | 21 – 3ТЗ<br>21 - 0ТЗ                 |

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

| Индикатор достижения компетенции   | Тема в соответствии с РПД (с соответствующим номером)                     | Содержательный элемент                           | Характеристика содержательного элемента | Количество тестовых заданий, типы ТЗ |                    |                    |                      |
|--|---|--|---|--------------------------------------|--------------------|--------------------|----------------------|
| УК-7.1. Выбирает здоровые сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма<br>УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время с учетом достаточной физической активности, оптимально подбирает средства и методы физической культуры для обеспечения должной работоспособности<br>УК-7.3. Владеет рациональными способами профилактики профессиональных заболеваний, психофизического утомления в быту и профессиональной деятельности | 5.2<br>Профессионально-прикладная физическая подготовка                   | Профессионально-прикладная физическая подготовка | Знание                                  | 3 – 0ТЗ<br>4 – 3ТЗ                   |                    |                    |                      |
|  |   | Особенности ППФП студентов                       | Умения                                  | 3 – 0ТЗ<br>4 – 3ТЗ                   |                    |                    |                      |
|  |   | Прикладные виды спорта и их элементы             | Действия                                | 3 – 0ТЗ<br>4 – 3ТЗ                   |                    |                    |                      |
|  | 5.3<br>Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки | Общие положения ППФП                             |   | Знание                               | 4 – 0ТЗ<br>3 – 3ТЗ |                    |                      |
|  |   |  |   | Умения                               | 4 – 0ТЗ<br>3 – 3ТЗ |                    |                      |
|  |   | Прикладная физическая подготовка                 |   | Действия                             |                    | 4 – 0ТЗ<br>3 – 3ТЗ |                      |
|  |   |  |   |                                      | Итого              |                    | 21 – 3ТЗ<br>21 - 0ТЗ |

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*

Тест содержит 18 вопросов, в том числе 9 – 0ТЗ, 9 – 3ТЗ

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,  
предусмотренного рабочей программой дисциплины*

Тест содержит 18 вопросов, в том числе 9 – ОТЗ, 9 – ЗТЗ

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*

Тест содержит 18 вопросов, в том числе 9 – ОТЗ, 9 – ЗТЗ

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*

Тест содержит 18 вопросов, в том числе 9 – ОТЗ, 9 – ЗТЗ

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*

Тест содержит 18 вопросов, в том числе 9 – ОТЗ, 9 – ЗТЗ

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 теоретических вопросов к зачету (для оценки знаний)

- 1.1 Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.
- 2.1 Обучение общеразвивающим комплексам
- 2.2 Совершенствование общеразвивающих комплексов.
- 3.1 Специальная физическая и техническая подготовка
- 3.2 Совершенствование специальной физической и технической подготовки
- 4.1 Обучение технике спортивных игр
- 4.2 Совершенствование техники спортивных игр
- 5.1 Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся
- 5.2 Профессионально-прикладная физическая подготовка
- 5.3 Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки

#### 4. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

В таблице приведены описания процедур проведения контрольно-оценочных мероприятий и процедур оценивания результатов обучения с помощью оценочных средств в соответствии с рабочей программой дисциплины.

| 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.<br>Полный комплект ФТЗ хранится в электронной информационно-образовательной среде КриЖТ ИрГУПС и обучающийся имеет возможность ознакомиться с демонстрационным вариантом ФТЗ |
| Зачет                            | Зачет проводится в форме собеседования по перечню теоретических вопросов (не более двух теоретических) и при этом обязательно учитываются результаты выполнения контрольных нормативов. Перечень теоретических вопросов обучающиеся получают в начале курса через электронную информационно-образовательную среду КриЖТ ИрГУПС (личный кабинет обучающегося).   |

#### Описание процедур проведения промежуточной аттестации в форме зачета и оценивания результатов обучения

При проведении промежуточной аттестации в форме зачета преподаватель может воспользоваться результатами текущего контроля успеваемости в течение семестра. Оценочные средства и типовые контрольные задания, используемые при текущем контроле, позволяют оценить знания, умения и владения навыками/опытом деятельности обучающихся при освоении дисциплины. С целью использования результатов текущего контроля успеваемости, преподаватель подсчитывает среднюю оценку уровня сформированности компетенций обучающегося (сумма оценок, полученных обучающимся, делится на число оценок).

**Шкала и критерии оценивания уровня сформированности компетенций в результате изучения дисциплины при проведении промежуточной аттестации в форме зачета по результатам текущего контроля (без дополнительного аттестационного испытания)**

| Средняя оценка уровня сформированности компетенций по результатам текущего контроля         | Оценка       |
|---|--------------|
| Оценка не менее 3,0 и нет ни одной неудовлетворительной оценки по текущему контролю         | «зачтено»    |
| Оценка менее 3,0 или получена хотя бы одна неудовлетворительная оценка по текущему контролю | «не зачтено» |

Промежуточная аттестация в форме зачета с проведением аттестационного испытания в форме собеседования проходит на последнем занятии по дисциплине.