МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ ВЛАДИМИРА ДАЛЯ»

Антрацитовский институт геосистем и технологий

Кафедра инженерии и общеобразовательных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Антрацитовского института
геосистем и технологий
_____ доц. Крохмалёва Е.Г.
«14» 04 2023 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Профиль Психология в социальной сфере и образовании

Разработчики:

доцент _____ Е.Ю. Туник

старший преподаватель _____ В.П. Богданов

ФОС рассмотрен и одобрен на заседании кафедры инженерии и общеобразовательных дисциплин

от «14» 04 2023 г., протокол № 9

Заведующий кафедрой
инженерии и общеобразовательны

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 00905984665DF3300DF9CEA40614502B5A
Действителен 16.10.2025 - 09.01.2027
Владелец КРОХМАЛЕВА ЕЛЕНА ГЕОРГИЕВНА

Паспорт
фонда оценочных средств по учебной дисциплине
Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)

Перечень компетенций (элементов компетенций), формируемых в результате освоения учебной дисциплины (модуля)

№ п/п	Код контролируемой компетенции	Формулировка контролируемой компетенции	Контролируемые темы учебной дисциплины	Этапы формирования (семестр изучения)
1	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Тема 1. Гимнастика	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
			Тема 2. Легкая атлетика	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
			Тема 3. Спортивные игры	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8

Показатели и критерии оценивания компетенций, описание шкал оценивания

№ п/п	Код контролируемой компетенции	Показатель оценивания (знания, умения, навыки)	Контролируемые темы учебной дисциплины	Наименование оценочного средства
1	УК-7	**знать:** способы поддержки должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности **уметь:** поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности **владеть навыками:** поддержки должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Тема 1. Тема 2. Тема 3.	отработка упражнений; изучение правил спортивных игр и мер безопасности

Фонды оценочных средств по дисциплине
«Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»

Оценочные средства для итогового контроля по результатам освоения дисциплины.

Текущая аттестация студентов заключается в выполнении нормативов и производится в следующих формах:

Виды испытаний	Пол	Оценка физической подготовки студентов 1-3 курсов			Не сдал тесты
		высокий	средний	низкий	
		Баллы			
		1	0,65	0,35	0
		Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
Выносливость					
Бег на 3000 м (мин., сек)	м	< 12,00	12,01 - 15,00	15,01 - 16,2	> 16,3
Бег на 2000 м (мин., сек)	ж	< 9,4	9,5 - 11,00	11,01 - 12,59	> 13,00
Сила					
Сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу (раз)	м	> 44	43 - 35	34 -21	< 20
	ж	> 24	23 - 17	16 - 8	< 7
Подъем туловища в сед за 1 мин (раз)	м	> 53	52 -40	39 -29	< 28
	ж	> 47	46 - 36	35 - 29	< 28
Прыжок в длинну с места (см)	м	> 260	259 - 220	219 - 191	< 190
	ж	> 210	209 - 180	179 - 161	< 160
Прыжок в высоту с места (см)	м	> 56	55 - 48	47 - 36	< 35
	ж	> 46	45 - 40	39 -31	< 30
Подтягивания на перекладине (раз)	м	> 16	15 - 13	12 - 8	< 7
Скорость					
Бег на 100 м (сек)	м	< 13,2	13,3 - 14,5	14,6 - 15,4	> 15,5
	ж	< 14,8	14,9 - 16,5	16,6 - 18,1	> 18,2
Ловкость					
Штрафные броски в лузу из 10 раз	м	8	6	5	< 5
	ж	6	5	4	< 4
Челночный бег 4 х 9 м (сек)	м	< 8,8	8,9 - 9,9	10 - 10,6	> 10,6
	ж	< 10,2	10,3 - 10,9	11 - 11,9	> 11,9
Гибкость					
Наклоны туловища вперед из положения сидя (см)	м	> 19	18 - 13	12 - 8	< 7
	ж	> 20	20 - 16	15 - 8	< 7

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству итоговый контроль по результатам освоения дисциплины (зачёт)

Характеристика знания предмета и ответов	Зачеты
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; студент понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим студентом; уверенно выполняет учебный норматив	зачтено
При выполнении студент действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок	
Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Студент не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с занятием условиях	
Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка	не зачтено

Экспертное заключение

Представленный фонд оценочных средств (далее – ФОС) по дисциплине «Физическая культура и спорт» соответствует требованиям ФГОС ВО.

Предлагаемые формы и средства текущего и промежуточного контроля адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 37.03.01 Психология.

Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлены в полном объеме.

Виды оценочных средств, включенные в представленный фонд, отвечают основным принципам формирования ФОС.

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств рекомендуется к использованию в процессе подготовки бакалавров по указанному направлению подготовки.

Председатель учебно-методической комиссии Антрацитовского института геосистем и технологий _____ И.В. Савченко

Лист изменений и дополнений

№ п/п	Виды дополнений и изменений	Дата и номер протокола заседания кафедры (кафедр), на котором были рассмотрены и одобрены изменения и дополнения	Подпись (с расшифровкой) заведующего кафедрой (заведующих кафедрами)