Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности
_____ Л.И. Костюнина
«12» октября 2021 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для текущего контроля успеваемости и
промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

КООРДИНАЦИОННЫЕ ВИДЫ СПОРТА

Предметно-методического модуля

основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура

направленность (профиль) образовательной программы
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

(заочная форма обучения)

Составитель: Федулова Л.Р., старший преподаватель кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Рассмотрено и одобрено на заседании учёного совета факультета физической культуры и спорта, протокол от «18» октября 2021 г. №2

Ульяновск, 2021

Фонд оценочных средств по дисциплине «Координационные виды спорта» включает совокупность оценочных средств, предназначенных для измерения уровня достижения студентом установленных результатов обучения (образовательных результатов) по дисциплине, и способов их оценивания при проведении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

Шифр оценочного средства		Средства оценивания, используемые для текущего и промежуточного оценивания показателя формирования компетенции	Образовательные результаты дисциплины
Оценочные средства для текущего контроля			
ОС-1*	ОПК-4.1. Знает связь между направленностью тренировочных нагрузок и изменениями в уровнях подготовленности спортсмена к соревнованию.	Эссе	ОР-1. Знает связи между направленностью тренировочных нагрузок и изменениями в уровнях подготовленности спортсмена к соревнованию. ОР-3. Знает правила проведения соревнований в избранном виде спорта.
ОС-2*	ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта. ОПК-4.2. Демонстрирует умение эффективно планировать и осуществлять подготовку спортсмена на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки.	Кейс- задачи	ОР-2. Умеет эффективно планировать и осуществлять подготовку спортсмена на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки; управлять деятельностью спортсмена на этапах подготовки и в процессе соревнования. ОР-5: Владеет различными видами контроля тренировочного и образовательного процесса. ОР-6. Знает средства и методы планирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности. ОР-7. Умеет осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности. ОР-8. Знает средства и методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства; технические

			особенности вида спорта; особенности проведения тренировок на основе комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования технических действий.
ОС-3*	ОПК-13.1. Знает основные положения свода правил проведения соревнований в избранном виде спорта. ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	Реферат	ОР-1. Знает связи между направленностью тренировочных нагрузок и изменениями в уровнях подготовленности спортсмена к соревнованию ОР-3. Знает правила проведения соревнований в избранном виде спорта. ОР-8. Знает средства и методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства; технические особенности вида спорта; особенности проведения тренировок на основе комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования технических действий.
ОС-4*	ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта. ОПК-13.2. Демонстрирует умение осуществлять функции судьи в избранном виде спорта ПК-1.1. Знает методы, средства и принципы планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной	Практические задания	ОР-5: Владеет различными видами контроля тренировочного и образовательного процесса. ОР-8. Знает средства и методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства; технические особенности вида спорта; особенности проведения тренировок на основе комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования технических действий. ОР-9. Умеет совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных

	подготовки. ПК-1.2. Осуществляет планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки. ПК-3. Способен совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности. ПК-3.1. Знает средства и методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства; технические особенности вида спорта; особенности проведения тренировок на основе комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования технических действий, средствами выразительности. ПК-3.2. Совершенствует свое индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных		занятий. ОР-10. Владеет навыком совершенствования индивидуальной технической, тактической, общей и специальной физической подготовки. навыком проведения тренировок на основе комплекса специальных упражнений для расширения спектра двигательных умений и навыков с целью совершенствования технической подготовленности

	занятий. ПК-3.3. Владеет в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.		
ОС-5*	ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса ОПК-14.6. Осуществляет контроль тренировочного и образовательного процессов, вносит соответствующие коррективы в процесс занятий	Творческие задания	ОР-8. Знает средства и методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства; технические особенности вида спорта; особенности проведения тренировок на основе комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования технических действий. ОР-9. Умеет совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий. ОР-10. Владеет навыком совершенствования индивидуальной технической, тактической, общей и специальной физической подготовки. навыком проведения тренировок на основе комплекса специальных упражнений для расширения спектра двигательных умений и навыков с целью совершенствования технической подготовленности
ОС-6	ОПК-13.1. Знает основные положения свода правил проведения соревнований в избранном виде спорта. ПК-3.1. Знает средства и методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства; технические особенности вида спорта; особенности проведения тренировок на основе комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования технических действий, средствами выразительности.	Тестовые задания	

Оценочные средства для промежуточной аттестации (экзамен)			
ОС-7*	ПК-1.1. Знает методы, средства и принципы планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки. ПК-3.3. Владеет в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.	Экзамен в форме устного собеседования по вопросам	ОР-1 – ОР-10

*- представлены в рабочей программе

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

ОС-6 Тестовые задания (ОПК-13.1, ПК-3.1)

вопросы на последовательность

1. Последовательность периодов тренировочного цикла:
   а) переходный;
   б) соревновательный;
   в) подготовительный.
   Ключ: в-б-а.
2. Последовательность по длительности тренировочных циклов (на увеличение)
   а) мезоцикл;
   б) микроцикл;
   в) макроцикл.
   Ключ: б-а-в.
3. **Последовательность** этапов обучения двигательным действиям:
   а) этап интеграции двигательных навыков и качеств в условиях соревнований;
   б) этап разучивания двигательного действия, воспроизведения его по заданному «образу»;
   в) этап совершенствования двигательного действия в физической культуре;
   г) этап создания предпосылок, ознакомления с двигательным действием.
   Ключ: г-б-в-а.
4. Последовательность задач по этапам обучения двигательным действиям:
   а) создание комплексного «образа»;
   б) детализация «образа»;
   в) уточнение «образа»;
   г) создание кондиционной базы, представления «образа»;

Ключ: г-в-б-а.

5. Последовательность средств, используемых на этапах обучения:

   а) общеразвивающие и подготовительные упражнения, аудиовизуальные средства;

   б) подводящие упражнения, упражнения по технике; аудиовизуальные средства;

   в) упражнения технико-тактические в усложненных условиях; аудиовизуальные средства;

   г) упражнения на взаимосвязь техники, тактики, развития качеств; контрольные и календарные соревнования.

   Ключ: а-б-в-г.

6. Последовательность методов на этапах обучения:

   а) метод расчлененного обучения, метод целостного обучения;

   б) метод наглядного восприятия; словесный; аудиовизуальный; метод развития двигательных качеств;

   в) метод целостного выполнения технико-тактического действия в вариативных условиях;

   г) метод совмещенных воздействий; соревновательный и игровой метод; контрольные и календарные соревнования.

   Ключ: б-а-в-г.

7. Последовательность причин и следствий в спортивной тренировке:

   а) кумулятивный эффект;

   б) срочный эффект;

   в) действия спортсмена (поведение).

   Ключ: в-б-а.

вопросы закрытого типа

1. Функции спорта в обществе:
   1) соревновательная;
   2) воспитательная;
   3) производственная;
   4) познавательная;
   5) критическая;
   6) престижная;
   7) воинственная.

   Ключ: 1,2,3,4,6.

2. Организующие факторы в спорте:
   1) правила;
   2) положения;
   3) календарь;
   4) дружеские отношения;

   Ключ: 1, 2, 3.

3. Типы спорта:
   1) спорт высших достижений;
   2) спорт с абстрактно-логическим обыгрыванием соперника;
   3) детско-юношеский спорт;
   4) массовый спорт.

   Ключ: 1, 3, 4.

4. Виды спорта:
   1) достижения спортсмена зависят от двигательных возможностей;

2) с действиями по управлению специальными техническими средствами передвижения;
3) с поражением цели соперника из спортивного оружия;
4) с абстрактно-логическим обыгрыванием соперника;
5) достижения спортсмена зависят от привлекательности спортсмена;
6) достижения зависят от количества занимающихся.

Ключ: 1, 2, 3, 4.

5. В структуру педагогических способностей входят следующие виды:
   1) Перцептивные способности;
   2) Конструктивные способности;
   3) Дидактические способности;
   4) Математические способности;
   5) Коммуникативные способности;
   6) Физические способности.

   Ключ: 1, 2, 3, 5.
6. Функции тренера:
   1) Коммуникативная;
   2) Организаторская;
   3) Академическая;
   4) Гностическая.

   Ключ: 1, 2, 4.
7. Результативность техники обусловливается:
   1) Эффективностью;
   2) Стабильностью;
   3) Вариативностью;
   4) Эргономичностью;
   5) Тактичностью;
   6) Экономичностью.

   Ключ: 1, 2, 3, 5.
8. Средства спортивной тренировки:
   1) Общеподготовительные упражнения;
   2) Вспомогательные упражнения;
   3) Скоростные упражнения;
   4) Соревновательные упражнения.

   Ключ: 1, 2, 4.
9. Методами спортивной тренировки являются:
   1) Словестный;
   2) Наглядный;
   3) Практический;
   4) Примерный.

   Ключ: 1, 2, 3.
10. Размер площадки для выступлений трио по спортивной аэробике:
    1) 7*7;
    2) 10*10;
    3) 4*4;
    4) 2*2.

    Ключ: 2.
11. Длительность выступлений в фитнесс – аэробике:
    1) 2 мин 5сек;
    2) 1 мин 30 сек;
    3) 1 мин 45 сек;
    4) 4 мин.

Ключ: 1.

12. В спортивной аэробике существует номинации программ:
    1) Группа;
    2) Двойка;
    3) Индивидуальная;
    4) Пара;
    5) Шестерка.

Ключ: 1, 3, 4.

13. В фитнес аэробике проводятся соревнования по следующим программам:
    1) Фанк/хип-хоп;
    2) Классическая аэробика;
    3) Фристайл;
    4) Степ-аэробика;
    5) Стретч-аэробика;
    6) Силовая аэробика.

Ключ: 1, 2, 3, 4.

вопросы открытого типа

1. Успешность работы педагога по физической культуре зависит от уровня…

   Ключ: профессионализма

2. Определение … служит исходной позицией построения системы.

   Ключ: цели

3. Достижение целей системы … непосредственно связано с формированием личности спортсменов.

   Ключ: подготовки

4. Дидактические … позволяют наиболее доходчиво передавать излагаемый материал.

   Ключ: способности

5. Планирование … подготовки спортсменов.

   Ключ: процесса

6. Спортивную … возможно рассматривать как процесс управления.

   Ключ: тренировку

7. Техника спортивных упражнений - это наиболее рациональный и эффективный … упражнения.

   Ключ: способ выполнения

8. Техническая подготовленность – это степень освоения спортсменом системы … .

   Ключ: движений

9. Средствами спортивной тренировки являются … упражнения.

   Ключ: физические

10. Методы спортивной тренировки условно подразделяются на три группы: словестные, … и практические.

    Ключ: наглядные

11. Физическая подготовленность подразделяется на… , вспомогательную и специальную.

    Ключ: общую.

12. Объем и интенсивность тренировочного процесса определяются с учетом возраста и … спортсмена.

    Ключ: квалификации спортсмена.

13. Чем выше квалификация спортсмена, тем быстрее процесс … организма после физической нагрузки.

    Ключ восстановления.

14. Цель теоретической подготовки - … интеллектуально-теоретического уровня спортсмена и содействие повышению … мастерства.

Ключ: повышение; спортивного.

15. Программы в спортивной аэробике оцениваются судьями по сложности, … технике исполнения.

Ключ: артистичности.

Критерии оценки:

Оценка "5" ставится при 90-100% правильных ответов на тестовые задания.

Оценка "4" баллов ставится при 70-80% правильных ответов на тестовые задания.

Оценка "3" баллов ставится при 40-60% правильных ответов на тестовые задания.

Оценка "2" баллов ставится при 30% и менее правильных ответов на тестовые задания