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 спортивных дисциплин и физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая кафедрой спортивных
дисциплин и физического воспитания
_____С.Н. Ключникова
«11» октября 2021г.

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

«ЛЫЖНЫЙ СПОРТ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ»
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: Илькин А.Н., к.п.н.
доцент кафедры спортивных дисциплин и
физического воспитания

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 «Лыжная подготовка с методикой преподавания» 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	**Формируемые компетенции, индикаторы их формирования**	**Средства оценивания, используемые для текущего и промежуточного оценивания показателя формирования компетенции**	**Образовательные результаты дисциплины**
Оценочные средства для текущего контроля			
ОС-1*	**ОПК-3.** Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.	**Защита реферата**	**ОР-1** знает современное состояние и значение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в физической культуре, науке и образовании.
ОС-2*	**ОПК-3.1.** Знает современное состояние и значение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в физической культуре, науке и образовании. **ОПК-3.2.** Анализирует возможность использования необходимых средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в обучении и физической подготовке.	**Отчет о выполнении индивидуального задания**	**ОР-2** умеет анализировать возможность использования необходимых средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в обучении и физической подготовке.

	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.		
ОС-3*		**Решение тестовых заданий**	**ОР-1** знает современное состояние и значение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в физической культуре, науке и образовании.

			ОР-3 знает средства и методы физической, технической и тактической подготовки, средства выразительности в избранном виде спорта.
ОС-4*		**Контрольная работа по технике лыжных ходов**	**ОР-4** умеет в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.
ОС-5*		**Соревнования**	**ОР-4** умеет в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.
Оценочные средства для промежуточной аттестации (экзамен)			
ОС-6	**ОПК-3.** Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. **ОПК-3.1.** Знает современное состояние и значение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в физической культуре, науке и образовании. **ОПК-3.2.** Анализирует возможность использования необходимых средств, методов и приемов базовых видов	Экзамен в форме устного собеседования по вопросам	ОР-1, ОР-2, ОР-3, ОР-4 **ОР-1** знает современное состояние и значение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в физической культуре, науке и образовании. **ОР-2** умеет анализировать возможность использования необходимых средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в обучении и физической подготовке. **ОР-3** знает средства и методы физической, технической и тактической подготовки, средства выразительности в избранном виде спорта. **ОР-4** умеет в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и

	физкультурно-спортивной деятельности в обучении и физической подготовке. **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.		средства выразительности.

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

ОС-3 Решение тестовых задач
(ОПК 3.1, ОПК 3.2)

1. Какие соревнования относятся ко второй категории?
1. Всероссийские
2. Областные
3. Международные
4. Окружные

Ключ: областные

2. При проведении соревнований с раздельным стартом используется стартовый интервал:
1. 10 сек
2. 30 сек
3. 20 сек
4. 40 сек

Ключ: 30 сек

3. При проведении квалификации в индивидуальном спринте используется стартовый интервал:
1. 15 сек
2. 30 сек
3. 20 сек
4. 10 сек

Ключ: 15 сек

4. При проведении соревнований по системе гандикап используются интервалы?
1. 15 сек
2. 1 мин
3. 30 сек
4. Заданные первым днем соревнований

Ключ: Заданные первым днем соревнований

5. При каком формате соревнований используется старт забегов?
1. Эстафета
2. Скиатлон
3. Индивидуальный спринт
4. Марафон

Ключ: Индивидуальный спринт

6. При проведении ручного хронометража финишные результаты округляются с точностью?
1. Сотых секунд (16:23,33 сек)
2. Десятых секунд (16:23,3 сек)

3. Секунд (16:23 сек)

Ключ: секунд

7. Какой системы подсчета командных результатов в лыжных гонках не существует?
1. По наименьшей сумме времени
2. По наибольшей сумме мест
3. По наибольшей сумме очков

Ключ: По наибольшей сумме мест

8. К классификации соревнований по характеру определения первенства относятся?
1. Кубковые соревнования
2. Лично-командные соревнования
3. Закрытые соревнования
4. Районные соревнования

Ключ: Лично-командные соревнования

9. При формировании стартового протокола и жеребьевки среди мужчин и женщин в «Красную группу» - сильнейших входят:
1. 10 чел
2. 30 чел
3. 15 чел
4. 20 чел

Ключ: 30 чел

10. При проведении электронного хронометража финишные результаты в соревнованиях по спринту фиксируются с точностью?
1. Тысячных секунд (16:33,234 сек)
2. Десятых секунд (16:23,3 сек)
3. Секунд (16:23 сек)
4. Сотых секунд (16:23,33 сек)

Ключ: Сотых секунд (16:23,33 сек)

11. В главную судейскую коллегию не входит?
1. Секретарь соревнований
2. Хронометрист
3. Главный судья

Ключ: Хронометрист

12. Какой судья не имеет отношения к Жюри?
1. Технический делегат
2. Стартер
3. Главный судья

Ключ: Стартер

13. Жюри имеет право отложить соревнования, прервать их или отменить в случае, если температура, измеренная в самом холодном месте трассы в районах центральной и средней полосы РФ, ниже:
1. - 30 ˚ С
2. - 25 ˚ С
3. - 20 ˚ С
4. - 18 ˚ С

Ключ: - 20 ˚ С

14. Назовите минимальную ширину лыжной трассы для соревнований с раздельным стартом классическим стилем?
1. 2 метра
2. 4 метра
3. 3 метра
4. 5 метров

Ключ: 3 метра

15. Назовите минимальную ширину лыжной трассы для соревнований с раздельным стартом свободным стилем?
1. 2 метра
2. 4 метра
3. 3 метра
4. 5 метров

Ключ: 4 метра

16. Назовите максимально допустимую длину лыжной трассы на соревнованиях по спринту среди мужчин?
1. 1000 метров
2. 1600 метров
3. 1800 метров
4. 800 метров

Ключ: 1800 метров

17. Назовите максимально допустимую длину лыжной трассы на соревнованиях по спринту среди женщин?
1. 1000 метров
2. 1600 метров
3. 1800 метров
4. 800 метров

Ключ: 1600 метров

18. При проведении соревнований по командному спринту состав команды формируется из:
1. 4 человек
2. 3 человек
3. 6 человек

4. 2 человек

Ключ: 2 человек

19. Передача эстафеты в лыжных гонках осуществляется касанием спортсмена?
1. Палкой
2. Лыжей
3. Рукой
4. Ногой

Ключ: рукой

20. Коридор для передачи эстафеты в лыжных гонках составляет?
1. 50 м
2. 30 м
3. 20 м
4. 60 м

Ключ: 30 м

21. При проведении соревнований с масс-страртом последняя предстартовая команда объявляется:
1. Две минуты до старта
2. Тридцать секунд до старта
3. Одна минута до старта
4. Десять секунд до старта

Ключ: Тридцать секунд до старта

22. В соревнованиях с классическим стилем лыжные палки спортсмена не должны превышать:
1. 70 % от роста спортсмена
2. 75 % от роста спортсмена
3. 80 % от роста спортсмена
4. 83 % от роста спортсмена

Ключ: 70 % от роста спортсмена

23. Если два и более спортсмена показали одинаковый результат, то они должны:
1. Определить лучшего жребием;
2. Занять одинаковое место
3. Пробежать дистанцию еще раз

Ключ: Занять одинаковое место

24. При пересечении линии финиша, какой частью тела фиксируется время в лыжных гонках?
1. При пересечении грудью
2. При пересечении головой
3. При пересечении лыжей
4. При пересечении ногой

Ключ: При пересечении ногой

25. В соревнованиях по спринту с участием в четвертьфинале 30 спортсменов, в итоговом протоколе места с 26 по 30 займут?
1. Третьи места в четвертьфиналах
2. Шестые места в четвертьфиналах
3. Пятые места в четвертьфиналах

Ключ: Шестые места в четвертьфиналах

26. В какой цветовой последовательности используются номера при проведении эстафет на соревнованиях первой категории с первого и до четвертого этапа?
1. Зеленый, желтый, красный, фиолетовый
2. Желтый, синий, зеленый, красный
3. Красный, зеленый, желтый, синий

Ключ: Красный, зеленый, желтый, синий

27. К какому возрасту соответствуют юноши и девушки старшего возраста?
1. 17-18 лет
2. 15-16 лет
3. 19-20 лет

Ключ: 17-18 лет

28. Какой судья не относится к судейской бригаде на старте?
1. Хронометрист
2. Судья по маркировке лыж
3. Стартер
4. Секретарь стартера

Ключ: Хронометрист

29. При каком температурном режиме без ветра по нормам СаНПиНА запрещается проводить мероприятия с учащимися 16-17 лет на открытом воздухе в зимний период года на территории Средней полосы РФ:
1. - 18 ˚ С
2. - 16 ˚ С
3. - 14 ˚ С
4. - 15 ˚ С

Ключ: - 16 ˚ С

30. При каком температурном режиме без ветра по нормам СаНПиНА запрещается проводить мероприятия с учащимися до 12 лет на открытом воздухе в зимний период года на территории Средней полосы РФ:
1. - 9 ˚ С
2. - 8 ˚ С
3. - 10 ˚ С
4. - 7 ˚ С

Ключ: - 10 ˚ С

Критерии и шкала оценивания тестовых заданий

Критерий	**Количество баллов**
Количество правильных ответов 95-100% от общего количества тестовых заданий	60
Количество правильных ответов 80-89% от общего количества тестовых заданий	52
Количество правильных ответов 70-79% от общего количества тестовых заданий	44
Количество правильных ответов 60-69% от общего количества тестовых заданий	36
Количество правильных ответов 50-59% от общего количества тестовых заданий	28
Количество правильных ответов 40-49% от общего количества тестовых заданий	21
Количество правильных ответов 30-39% от общего количества тестовых заданий	14
Количество правильных ответов 20-29% от общего количества тестовых заданий	7
Количество правильных ответов 10-19% от общего количества тестовых заданий	1

Критерии оценивания обучающихся по дисциплине 3 и 5 семестры

№ п/п	Вид деятельности	Максимальное количество баллов по дисциплине
1.	Посещение лабораторных занятий	**7**
2.	Реферат	**53**
3.	Отчет о выполнении индивидуального задания	**60**
4.	Тестовые задания	**60**
5.	Контрольная работа «Техника лыжных ходов»	**28**
6.	Соревнования	**28**
7.	Экзамен	**64**
ИТОГО:	3 зачетных единицы	**300**