

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УНИВЕРСАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

UNIVERSAL  
UNIVERSITY



Утверждаю

Ректор

**ЧЕРКЕС ЗАДЕ Е. В.**

«01» МАРТА 2023 г.

## **ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ** по дисциплине

### Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту

Уровень высшего образования:	<b>Бакалавриат</b>
Направление подготовки:	<b>38.03.02 Менеджмент</b>
Направленность (профиль) подготовки:	<b>Менеджмент и маркетинг в креативных индустриях</b>
Квалификация (степень):	<b>Бакалавр</b>
Форма обучения:	<b>Очная</b>
Срок освоения по данной программе:	<b>4 года</b>

Москва 2023

## 1. Формы и оценочные материалы текущего контроля успеваемости, и промежуточной аттестации

В процессе и по завершению изучения дисциплины оценивается формирование у студентов следующих компетенций:

Компетенция	Индикатор достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине		
		Знать	Уметь	Иметь практический опыт
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИУК-7.1 Рассматривает нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности	- знать определение и составляющие компоненты здорового образа жизни, способов определения личного уровня физического развития.	- соблюдать нормы здорового образа жизни; использовать средства физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья;	- владеет основами методики самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма, способен формировать личную физическую подготовку исходя из личных возможностей;
	ИУК-7.2 Выбирает и использует здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности	- знает особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья.	- применять приемы определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	- способен выбирать здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

### 1.1. Текущий контроль успеваемости

Текущий контроль успеваемости осуществляется путем оценки результатов выполнения заданий практических (семинарских), самостоятельной работы, предусмотренных учебным планом и посещения занятий/ активность на занятиях.

В качестве оценочных средств текущего контроля успеваемости предусмотрены:

- Нормативы
- Аналитическая справка
- Контрольная работа
- Презентация

### Примерные вопросы контрольной работы

№ п/п	Вопрос	Варианты ответа
1	Перечислите методические принципы физического воспитания	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сознательность и активность – наглядность – доступность – систематичность - динамичность;</li> <li>2. Сознательность – деятельность – доступность – систематичность - динамичность.</li> </ol>

2	Принцип систематичности предусматривает:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование осмысленного отношения и устойчивого интереса;</li> <li>2. Образ двигательного задания;</li> <li>3. Определение посильного задания;</li> <li>4. Непрерывность учебно-тренировочного процесса.</li> </ol>
3	Метод регламентированного упражнения предусматривает:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Твердо предписанную программу движений;</li> <li>2. Широкое использование слова;</li> <li>3. Сопоставление сил, занимающихся в условиях соперничества.</li> </ol>
4	Существует 3 последовательных этапа обучения движениям. Укажите этап 2.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование двигательного навыка;</li> <li>2. Первоначальное разучивание движения;</li> <li>3. Углубленное детализированное разучивание.</li> </ol>
5	Ловкость — это	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Систематическое разучивание новых движений;</li> <li>2. Способность быстро, точно, целесообразно и экономно решать двигательные задачи;</li> <li>3. Способность выполнять движения с большой амплитудой.</li> </ol>
6	Структура подготовленности спортсмена включает в себя:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Техническую, тактическую, физическую, психическую;</li> <li>2. Волевою, силовую, психоэмоциональную, стратегическую.</li> </ol>
7	Какие виды спорта стимулируют рост тела?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волейбол, теннис, баскетбол, бадминтон;</li> <li>2. Футбол, хоккей, настольный теннис;</li> <li>3. Бейсбол, фрисби, дартс, прыжки с шестом.</li> </ol>
8	Построение и структура учебно-тренировочного занятия.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка, основная часть, заключительная;</li> <li>2. Урочная и неурочная;</li> <li>3. Тренажерный зал и спортивные игры.</li> </ol>
9	Виды выносливости различают:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Беговая и прыжковая;</li> <li>2. Общая и специальная;</li> <li>3. Мышечная и психоэмоциональная.</li> </ol>
10	Что определяет пульсовую «стоимость» занятия?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общая плотность;</li> <li>2. Моторная плотность.</li> </ol>

Критерии оценивания результатов:

Сдано – 7 и более правильных ответов;

Не сдано – менее 7 правильных ответов.

### **Примеры тем для подготовки аналитической справки / презентации:**

Для овладения учебно-методическими материалами по самоподготовке студентам рекомендованы к изучению следующие темы рефератов, которые способствуют организации самостоятельного изучения вопросов дисциплины.

Общетеоретические основы физической культуры:

1. Основные понятия теории и методики физической культуры.
2. Физическая культура как общественное явление, ее формы и функции.
3. Социальные и специфические функции физической культуры.
4. Основы использования физической культуры в обществе.
5. Принципы и методы обучения и воспитания, практика их реализации в сфере физической культуры, спорта и туризма.
6. Валеология – наука о здоровье человека.
7. Главные факторы здоровья человека.
8. Физическая культура и здоровый образ жизни человека.
9. Физиологическая характеристика основных видов оздоровительной физической культуры.
10. Питание при занятиях оздоровительной тренировкой.
11. Восстановление здоровья с использованием средств и методов физической культуры (на примере конкретного заболевания).
12. Основы самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.
13. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

Основы физического воспитания студентов:

1. Цель и задачи физического воспитания.
2. Средства физического воспитания студентов.
3. Методы физического воспитания студентов и их реализация в учебном процессе.
4. Общие и специфические принципы физического воспитания студентов.
5. Основы теории и методики обучения двигательным действиям.
6. Понятие «нагрузки». Составляющие физической нагрузки – объем, интенсивность. Воздействие различных видов нагрузки на организм человека.
7. Основы теории и методики воспитания физических качеств.
8. Силовые способности и методика их развития.
9. Скоростные способности и основы методики их развития.
10. Выносливость как физическое качество и методика ее развития.
11. Гибкость и методика ее развития.
12. Координационные способности и методика развития.
13. Использование тренажеров для развития основных физических качеств.
14. Физическая культура и здоровый образ жизни.
15. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
16. Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития (стандарты, индексы, программы, формулы и др.).
17. Методика индивидуального подхода и применения средств направленного развития отдельных физических качеств.

18. Методика самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции.

19. Методика составления индивидуальных программ физических упражнений с оздоровительной и восстановительной направленностью (медленный бег, плавание, прогулка на лыжах и др.).

20. Нетрадиционные системы оздоровления организма.

21. Плавание как одно из средств лечения болезней опорно-двигательного аппарата человека.

22. Новые виды спорта и их значение для популяризации активного образа жизни студентов.

Средства и методы физической культуры, способствующие формированию профессиональных, морально-волевых и психологических качеств

1. Применение физических упражнений для выработки временной и пространственной ориентировки у студентов.

2. Занятия по физической культуре – одно из важных средств формирования патриотических качеств личности.

3. Характеристика средств физической культуры, способствующих формированию профессионально важных качеств.

4. Роль физической культуры и спорта в обучении и воспитании студентов.

5. Подготовка и проведение спортивных праздников и показательных выступлений в университете.

6. Спорт и физическая культура – важные факторы формирования дружбы между студентами.

7. Стресс-факторы в процессе учебы студентов и средства их нейтрализации с помощью физических упражнений.

8. Воспитание коллективных действий у студентов в процессе физкультурно-спортивной деятельности в университете и перенос этих качеств на профессиональную деятельность.

9. Роль занятий по физической культуре в развитии и совершенствовании способностей к различным профессиям специалиста международного уровня.

10. Исследование влияния утомления студентов в процессе учебных занятий и устранение негативных факторов средствами физической культуры и спорта.

11. Формирование эмоционально-этических отношений, создание в учебных группах благоприятного нравственного и психологического климата в процессе занятий физической культурой.

12. Особенности психологического состояния при подготовке к спортивным соревнованиям и его влияние на поведение студентов.

Физическая культура и спорт в современных условиях

1. Роль и значение физической культуры, спорта и туризма в современных условиях.

2. Физическая культура, спорт и туризм как одно из средств общения людей разных стран.

3. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта.

4. Возможности бизнеса в развитии материально-технической базы в области физической культуры и спорта в России.

5. Профессиональный и элитный спорт в России и экономическое обоснование необходимости их развития.

6. Спонсорство, инвестиции, меценатство как способы совершенствования физической культуры, спорта и туризма.

7. Лицензирование и спорт: лицензионный договор, охрана лицензии и лицензионная деятельность.

8. Налогообложение и таможенные процедуры в деятельности физкультурно-спортивных организаций и отдельных спортсменов.

9. Туризм как индустрия активного отдыха и приложения капитала в целях привлечения инвестиций.

10. Физическая культура и спорт в бюджете времени бизнесмена.

11. Бизнес-план создания спортивно-оздоровительного комплекса учебного заведения.

12. Экономическое обоснование стоимости физкультурно-оздоровительных услуг, оказываемых спортивно-оздоровительными комплексами.

13. Виды коммерческих соревнований. Их влияние на развитие спорта.

### Описание показателей и критериев оценивания

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1.	Нормативы	Количественные, качественные или временные показатели, которых должен достичь обучающийся при выполнении упражнения	Критерии оценки по физической и профессионально-прикладной подготовленности (нормативы)
2.	Аналитическая справка	Письменная работа по определённой теме, в которой представлена информация из различных источников, ее защита	Перечень тем аналитических справок для самостоятельной работы
3.	Контрольная работа	Типовое задание из оценочных средств, в рамках дисциплины «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту», для проведения промежуточной аттестации	Примерные билеты контрольной работы
4.	Презентация	Развёрнутое устное сообщение на какую-либо тему, сделанное публично, с использованием демонстрационных материалов, подготовленных с помощью программы Microsoft PowerPoint	Критерии оценки презентации

### Описание шкал оценивания

п/н	Учебное отделение	Оценка	Требования
-----	-------------------	--------	------------

1.	Основное и спортивное учебные отделения	A (90 – 100 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 100%; нормативы; контрольная работа.
		B (82 – 89 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 80-90%; нормативы – сданы; контрольная работа.
		C (75 – 81 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 75-80%; нормативы – сданы; контрольная работа.
		D (67 – 74 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 65-75% (с отработкой занятий); нормативы – сданы частично; контрольная работа – не сдана.
		E (60 – 66 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 60-65% (с отработкой занятий); нормативы – не сданы; контрольная работа – не сдана.
		F (менее 60%)	Посещение теоретических и практических занятий – менее 60%; испытания (тесты) – не сданы; нормативы – не сданы; контрольная работа – не сдана.
2.	Специальное (практика) учебное отделение (плавание)	A (90 – 100 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 100%; контрольные работы – сданы во 2 и 3 срезе.
		B (82 – 89 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 80-90%; контрольные работы – сданы во 2 и 3 срезе.
		C (75 – 81 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 75-80%; контрольные работы – сданы во 2 и 3 срезе.
		D (67 – 74 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 65-75% (с отработкой занятий); контрольная работа – сдана или во 2, или в 3 срезе.
		E (60 – 66 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 60-65% (с отработкой занятий); контрольная работа – сдана или во 2, или в 3 срезе.
		F (менее 60%)	Посещение теоретических и практических занятий – менее 60%; контрольные работы – не сданы.
3.	Специальное (практика) учебное отделение Игровые виды (н/теннис, бадминтон)	A (90 – 100%)	Посещение теоретических и практических занятий – 100%; контрольные работы – сданы во 2 и 3 срезе.
		B (82 – 89 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 80-90%; контрольные работы – сданы во 2 и 3 срезе.
		C (75 – 81 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 75-80%; контрольные работы – сданы во 2 и 3 срезе.
		D (67 – 74 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 65-75% (с отработкой занятий); контрольная работа – сдана или во 2, или в 3 срезе.
		E (60 – 66 %)	Посещение теоретических и практических занятий – 60-65% (с отработкой занятий); контрольная работа – сдана или во 2, или в 3 срезе.
		F (менее 60%)	Посещение теоретических и практических занятий – менее 60%; контрольные работы – не сданы.
4.	Специальное (теория) учебное отделение	A (90 – 100 %)	Посещение теоретических занятий, Аналитические справки – сданы в 1, 2 и 3 срезе, контрольная работа – сдана во 2 срезе, презентация по докладу – сдана в 3 срезе.
		B (82 – 89 %)	Посещение теоретических занятий, Аналитические справки – сданы в 1, 2 и 3 срезе, контрольная работа – сдана во 2 срезе, презентация по докладу – не сдана.

		C (75 – 81 %)	Посещение теоретических занятий, Аналитические справки – сданы в 1, 2 и 3 срезах, контрольная работа – сдана в 3 срезе, презентация по докладу – сдана.
		D (67 – 74 %)	Посещение теоретических занятий, Аналитические справки – сданы в двух срезах, контрольная работа – сдана в 3 срезе, презентация по докладу – не сдана.
		E (60 – 66 %)	Посещение теоретических занятий, Аналитические справки – сданы в двух срезах, контрольная работа – не сдана, презентация по докладу – не сдана.
		F (менее 60%)	Посещение теоретических занятий – 25% и менее, Аналитические справки – не сданы, контрольная работа – не сдана, презентация по докладу – не сдана.
5.	Аналитическая справка	A (90 – 100 %)	Выполнены все требования к написанию аналитической справки: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению
		B (82 – 89 %) C (75 – 81 %)	Основные требования к аналитической справке выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём аналитической справки; имеются упущения в оформлении.
		D (67 – 74 %) E (60 – 66 %)	Имеются существенные отступления от требований к аналитической справке. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании аналитической справки
		F (менее 60%)	Тема аналитической справки не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы
6.	Презентация	A (90 – 100 %)	Сформирована проблема, проанализированы ее причины и результаты с позицией на будущее. Поставлены задачи. Четко и поэтапно раскрыты задачи по изучению исследуемой темы. Иллюстрации соответствуют содержанию, дополняют информацию о теме исследования. Выводы логичны, интересны, обоснованы, соответствуют целям и задачам. Работа целостна и логична, оригинальна. Оформление логично, эстетично, не противоречит содержанию презентации
		B (82 – 89 %) C (75 – 81 %)	В решении проблем отсутствует система описания основной деятельности. Отсутствует система в реализации задач основной деятельности и описании темы исследования. Иллюстрированный материал повторяет информацию о теме. Выводы в основном соответствуют цели и задачам. Логика изложения нарушена. Стиль отвлекает от содержания презентации

	D (67 – 74 %) E (60 – 66 %)	Отсутствуют сведения о исследуемой теме. нет сформулированных задач и разрозненные сведения о деятельности. Иллюстраций мало. Отсутствуют или не связаны с целью и задачами сам результат работы. В работе отсутствуют собственные мысли. Нет единого стиля в оформлении презентации
	F (менее 60%)	Тема доклада не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

Студенту, пропустившему занятие по уважительной причине (болезнь, временное освобождение, разрешение деканата на отсутствие на учебных занятиях и т.д.) и желающему повысить свой рейтинг, предоставляется возможность отработать пропущенные занятия до окончания следующего промежуточного среза.

Если студент пропустил занятие без уважительной причины – отработка разрешается только в том случае, если студент получает за срез менее 60%.

Если студент по уважительной причине не выполняет контрольную работу и/или аналитическую справку, не выполняет нормативы, ему предоставляется возможность ликвидировать задолженность без потери рейтинга.

Студент, не получивший зачет на промежуточной аттестации за семестр, ликвидирует задолженность в установленные сроки.

## **1.2. Промежуточная аттестация**

Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета

В качестве средств, используемых на промежуточной аттестации предусматривается:

- Устный опрос.

## **1.3. Типовые задания для проведения промежуточной аттестации (примеры вопросов для устного опроса)**

1. Физическая культура как общественное явление, ее формы и функции.
2. Социальные и специфические функции физической культуры.
3. Физическая культура и здоровый образ жизни человека.
4. Физиологическая характеристика основных видов оздоровительной физической культуры.
5. Питание при занятиях оздоровительной тренировкой.
6. Восстановление здоровья с использованием средств и методов физической культуры (на примере конкретного заболевания).
7. Понятие «нагрузки». Составляющие физической нагрузки – объем, интенсивность. Воздействие различных видов нагрузки на организм человека.
8. Гибкость и методика ее развития.
9. Координационные способности и методика развития.
10. Использование тренажеров для развития основных физических качеств.
11. Физическая культура и здоровый образ жизни.

## 2. Критерии оценки по дисциплине

Итоговая оценка студента по дисциплине (максимум 100 баллов) складывается из работы по данной дисциплине (текущий контроль успеваемости, максимум 50 баллов) и промежуточной аттестации (максимум 50 баллов).

<b>Виды работы</b>	<b>Доля вида работы в итоговой оценке</b>
Контрольная работа	от 0% до 25%
Нормативы	от 0% до 25%
Работа на практическом занятии	от 0% до 25%
Аналитическая справка, презентация к докладу	от 0% до 25%
Итог (зачет)	от 0% до 100%

Минимальным итоговым баллом, необходимым для зачета дисциплины, является - 60 баллов.