

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Налозко Наталья Александровна  
Должность: Директор  
Дата подписания: 04.05.2024 10:51:18  
Уникальный программный ключ:  
2546790865509e0abdc452e51caba97c16aa1b0d

МИНОБРНАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал Кафедра социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин			
Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Физическая культура для специальных медицинских групп» по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата «Преподавание русского языка и литературы» по направлению подготовки 45.03.01 Филология			
Версия документа - 1	стр. 1 из 8	Первый экземпляр	КОПИЯ № _____



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор Костанайского филиала  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»  
\_\_\_\_\_ Р.А. Тюлегенова  
25.05.2023 г.

**Фонд оценочных средств  
для текущего контроля**  
по дисциплине (модулю)  
**Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту.  
Физическая культура для специальных медицинских групп**

Направление подготовки (специальность)  
**45.03.01 Филология**


Направленность (профиль)  
**Преподавание русского языка и литературы**

Присваиваемая квалификация  
**Бакалавр**

Форма обучения  
**Очная**

Год набора 2023, 2024

Костанай 2023

	МИНОБРНАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал Кафедра социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин		
	Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Физическая культура для специальных медицинских групп» по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата «Преподавание русского языка и литературы» по направлению подготовки 45.03.01 Филология		
Версия документа - 1	стр. 2 из 8	Первый экземпляр	КОПИЯ № _____

### Фонд оценочных средств принят

Учёным советом Костанайского филиала ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Протокол заседания № 10 от 25 мая 2023 г.

Председатель учёного совета  
филиала



Р.А. Тюлегенова

Секретарь учёного совета  
филиала



Н.А. Кравченко

### Фонд оценочных средств рекомендован

Учебно-методическим советом Костанайского филиала ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Протокол заседания № 10 от 18 мая 2023 г.

Председатель  
Учебно-методического совета



Н.А. Нализко

### Фонд оценочных средств разработан и рекомендован кафедрой социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин

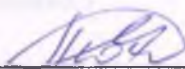
Протокол заседания № 10 от 16 мая 2023 г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_




Т.К. Нуртазенов

Автор (составитель) \_\_\_\_\_



старший преподаватель кафедры социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, Лютинiec Сергей Иванович

 МИНОБРНАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал Кафедра социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин			
Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Физическая культура для специальных медицинских групп» по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата «Преподавание русского языка и литературы» по направлению подготовки 45.03.01 Филология			
Версия документа - 1	стр. 3 из 8	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Направление подготовки (специальность): 45.03.01 Филология  
 Направленность (профиль): Преподавание русского языка и литературы  
 Дисциплина (модуль): Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту.  
 Физическая культура для специальных медицинских групп  
 Семестр (семестры) изучения: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 семестры  
 Форма рубежной аттестации: Выполнение нормативов физической подготовленности  
 Оценивание результатов учебной деятельности обучающихся при изучении дисциплины осуществляется по балльно-рейтинговой системе

## 2. КОМПЕТЕНЦИИ, ЗАКРЕПЛЁННЫЕ ЗА ДИСЦИПЛИНОЙ

Изучение «Элективной дисциплины (модуля) по физической культуре и спорту. Физическая культура для специальных медицинских групп» направлено на формирование следующих компетенций:

Коды компетенции (по ФГОС)	Содержание компетенций согласно ФГОС	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
УК-7.1	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Пороговый уровень: Знать: Знает основное содержание здоровьесберегающих технологий Уметь: Умеет использовать методы и средства физической культуры для повышения своих функциональных и двигательных возможностей Владеть: Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья. Продвинутый уровень: Знать: Знает требования к уровню физической подготовленности Уметь: Умеет использовать методы и средства физической культуры для достижения личностных и жизненных целей Владеть: Владеет средствами и методами физического самосовершенствования. Высокий уровень: Знать: Знает требования к уровню физической подготовленности, обеспечивающему полноценную социальную и профессиональную деятельность Уметь: Умеет использовать методы и средства физической культуры, знания здоровьесберегающих технологий для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Владеть: Владеет методами и средствами здоровьесберегающих технологий для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-9.2	Способен организовать совместную деятельность в социальной сфере,	Пороговый уровень: Знать: Знает особенности безбарьерной среды, классификацию потребностей различных групп инвалидов и лиц с



МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)

Костанайский филиал

Кафедра социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Физическая культура для специальных медицинских групп» по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата «Преподавание русского языка и литературы» по направлению подготовки 45.03.01 Филология

Версия документа - 1

стр. 4 из 8

Первый экземпляр \_\_\_\_\_


КОПИЯ № \_\_\_\_\_

	выстраивать профессиональное взаимодействие с людьми с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью	ограниченными возможностями здоровья в безбарьерной среде Уметь: Умеет анализировать объекты инфраструктуры на наличие условий для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью Владеть: Владеет навыками организации совместной деятельности с инвалидами и людьми с ограниченными возможностями здоровья в различных сферах жизни на основе принципов недискриминационного и комфортного взаимодействия Продвинутый уровень: Знать: Знает виды, способы, этические аспекты оказания ситуационной помощи лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью Уметь: Умеет оказывать ситуационную помощь инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья Владеть: Владеет навыками оказания ситуационной помощи инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья с учётом особенностей Высокий уровень: Знать: Знает психологические особенности поведения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в социальной сфере и профессиональной деятельности Уметь: Умеет формировать позитивный психологический климат в коллективе, содействовать адаптации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья к условиям совместной социальной, профессиональной деятельности Владеть: Имеет навыки формирования позитивного психологического климата в коллективе и условий для доброжелательных отношений между людьми с учётом их различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья
--	---	--

### 3. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

#### 3.1 Структура оценочных средств

№ п/п	Контролируемые разделы	Контролируемые компетенции	Наименование оценочного средства
1.	Вводное занятие по дисциплине "Физическая культура для специальных медицинских групп"	УК-7.1, УК-9.2	Контрольные упражнения
2.	Легкая атлетика	УК-7.1, УК-9.2	Контрольные упражнения
3.	Виды бега и ходьбы	УК-7.1, УК-9.2	Контрольные упражнения
4.	Общеразвивающие упражнения для мышц шеи и туловища, рук и плечевого пояса	УК-7.1, УК-9.2	Контрольные упражнения
5.	Общеразвивающие упражнения для мышц ног и для мышц всего тела	УК-7.1, УК-9.2	Контрольные упражнения
6.	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом	УК-7.1, УК-9.2	Контрольные упражнения
7.	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой	УК-7.1, УК-9.2	Контрольные упражнения

 МИНОБРНАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал Кафедра социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин			
Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Физическая культура для специальных медицинских групп» по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата «Преподавание русского языка и литературы» по направлению подготовки 45.03.01 Филология			
Версия документа - 1	стр. 5 из 8	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

8.	Общеразвивающие упражнения с собственным весом	УК-7.1, УК-9.2	Контрольные упражнения
9.	Общеразвивающие упражнения на месте в парах	УК-7.1, УК-9.2	Контрольные упражнения
10.	Подвижные игры	УК-7.1, УК-9.2	Контрольные упражнения
11.	Оздоровительная гимнастика	УК-7.1, УК-9.2	Контрольные упражнения
12.	Профилактика профессиональных заболеваний и улучшения работоспособности	УК-7.1, УК-9.2	Контрольные упражнения


### 3.2 Содержание оценочных средств

Оценочные средства представлены в виде базы контрольных упражнений (тестов). Для текущей проверки все представленные контрольные упражнения выполняются без учета времени и количества выполненных повторений, оценивается техническое владение двигательными умениями и навыками.

#### 3.2.1 База контрольных упражнений.

- оценка функциональной подготовленности при задержке дыхания на вдохе и выдохе.
- методика оценки состояния центральной нервной системы по пульсу и кожно-сосудистой реакции.
  - проверка и оценка деятельности сердечно-сосудистой системы.
  - проба Ромберга.
  - тест 20 приседаний (проверка выносливости сердца).
  - тест на оценку физической работоспособности по результатам 12-минутного бега и ходьбы.
    - тест на гибкость.
    - равновесие на одной ноге, упражнение «Цапля» (на время).
    - равновесие на одной ноге, упражнение «Ласточка» (на время).
    - метание мяча на цель.
    - штрих-тест для получения результатов самооценки своего состояния и работоспособности.
      - тест на дыхание (количество дыханий за 1 минуту).
      - тест – приседания за минуту.
      - тест - отжимание от пола.
      - тест – поднимание ног лёжа на полу до угла 90 градусов за минуту.
      - тест - "Быстрота".
      - тест на оценку состояния центральной нервной системы.

Студенты имеющие полное освобождение от физической культуры имеют право на реализацию дисциплин по физической культуре и спорту посредством выполнения письменной работы в виде доклада (конспекта) либо творческой проектной работы.

 МИНОБРНАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал Кафедра социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин			
Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Физическая культура для специальных медицинских групп» по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата «Преподавание русского языка и литературы» по направлению подготовки 45.03.01 Филология			
Версия документа - 1	стр. 6 из 8	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

Доклад (конспект) пишется по разработанной для каждого обучающегося теме, отражающей оздоровительно-профилактическую направленность физического воспитания. Творческая проектная работа обучающегося должна быть посвящена проблемам здорового образа жизни и адаптивной физической культуры. Перечень тем для написания и подготовки докладов (конспектов), творческой проектной работы содержится в рабочих программах дисциплины.

Структура письменной работы:

- титульный лист (1 стр.);
- содержание (1 стр.);
- введение – актуальность выбранной темы (2-3 стр.);
- основная часть работы – теоретическая (10-15 стр.);
- экспериментальная часть работы (5-6 стр.);
- выводы (1-2 стр.);
- список используемой литературы (1 стр.);
- презентация работы.

### 3.3 Критерии оценивания


#### 3.3.1 Критерии оценивания по уровням освоения компетенций

Виды текущего контроля	Высокий уровень 90-100%	Продвинутый уровень 75-89%	Пороговый уровень 50-74%	Недопустимый 0-49%
Контрольные упражнения (оценка техники владения двигательными умениями и навыками упражнений, которые входят в базу содержания оценочных средств)	27-30	23-26	15-22	0-14
Письменная работа для студентов, имеющих полное освобождение от физической культуры	27-30	23-26	15-22	0-14

В соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценки результатов обучения студентов посещение оценивается следующим образом:

- менее 50% занятий – 0 баллов;
- 50 – 74% занятий – 15 баллов;
- 75 – 89% занятий – 18 баллов;
- 90 – 100% занятий – 20 баллов

Критерии оценивания контрольных упражнений: текущий контроль проводится с целью оценки систематичности учебной работы обучающегося, включает в себя технику

 МИНОБРНАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал Кафедра социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин			
Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Физическая культура для специальных медицинских групп» по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата «Преподавание русского языка и литературы» по направлению подготовки 45.03.01 Филология			
Версия документа - 1	стр. 7 из 8	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

владения двигательными умениями и навыками упражнений, функциональных возможностей организма, реализуемых в рамках аудиторной работы обучающегося.

Контроль текущей успеваемости обучающихся – проводится в ходе семестра с целью определения уровня усвоения обучающимися знаний; формирования у них умений и навыков; своевременного выявления преподавателем недостатков в подготовке студентов, и принятия необходимых мер по ее корректировке; совершенствованию методики обучения; организации учебной работы и оказания обучающимся индивидуальной помощи. К текущей успеваемости относятся: проверка знаний, умений и навыков, обучающихся на занятиях посредством выполнения контрольных упражнений. Контроль за выполнением студентами каждого вида работ может осуществляться поэтапно и служит основанием для рубежного контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Критерии оценивания выполнения контрольных упражнений.

- «отлично» (90-100%) - движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, чётко, уверенно, слитно, в надлежащем ритме. Обучающийся понимает суть упражнений, их назначение, может объяснить, как они выполняются, и продемонстрировать. Уверенно выполняет весь учебный план.

- «хорошо» (75-89%) - при выполнении упражнения обучающийся действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок. Уверенно выполняет не весь комплекс упражнений учебного плана.

- «удовлетворительно» (50-74%) - двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности в выполнении упражнения. Частично выполняет учебный план.

- «неудовлетворительно» (0-49%) - упражнение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка. Либо полный отказ от выполнения упражнения. Не выполняет учебный план

Критерии оценивания письменной работы для студентов, имеющих полное освобождение от физической культуры.

- «отлично» (90-100%):

1. Содержание работы полностью соответствует теме.
2. Фактические ошибки отсутствуют.
3. Содержание излагается последовательно.

- «хорошо» (75-89%):

1. Содержание работы в основном соответствует теме (имеются незначительные отклонения от темы).

2. Содержание в основном достоверно, но имеются единичные фактические неточности.


3. Имеются незначительные нарушения последовательности в изложении мыслей.

- «удовлетворительно» (50-74%):

1. В работе допущены существенные отклонения от темы.

2. Работа достоверна в главном, но в ней имеются отдельные фактические неточности.

3. Допущены отдельные нарушения последовательности изложения.

	МИНОБРНАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал Кафедра социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин		
Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Физическая культура для специальных медицинских групп» по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата «Преподавание русского языка и литературы» по направлению подготовки 45.03.01 Филология			
Версия документа - 1	стр. 8 из 8	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

- «неудовлетворительно» (0-49%):

1. Работа не соответствует теме.
2. Допущено много фактических неточностей.
3. Нарушена последовательность изложения мыслей во всех частях работы, отсутствует связь между ними, работа не соответствует плану.



## Отметки о продлении срока действия

Фонд оценочных средств пролонгирован на  
2024 / 2025 учебный год решением учёного совета  
Костанайского филиала ФГБОУ ВО «ЧелГУ»  
от «29» февраля 2024 г. Протокол № 7

Фонд оценочных средств пролонгирован на  
20\_\_ / 20\_\_ учебный год решением учёного совета  
Костанайского филиала ФГБОУ ВО «ЧелГУ»  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. Протокол № \_\_\_\_

Фонд оценочных средств пролонгирован на  
20\_\_ / 20\_\_ учебный год решением учёного совета  
Костанайского филиала ФГБОУ ВО «ЧелГУ»  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. Протокол № \_\_\_\_