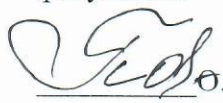


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ОСНОВ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

УТВЕРЖДАЮ
И. о. декана
педагогического
факультета


О. В. Пастюк
"05" сентября 2017 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Б1.В.ОД.7 Гимнастика

Автор(ы): ст. преподаватель кафедры ФКС и ОМЗ Никитин А. В.

 05.09.2017 г.
подпись, дата

Зав. кафедрой ФКСиОМЗ  Могучева А. В., к.п.н.

05.09.2017 г.
подпись, дата

г. Магадан, 2017 г.

1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание уровня оценивания сформированности компетенции

№ п/п	дисциплины Контролируемые разделы (темы) (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции (или её части) / и её формулировка	Наименование средства оценочного
1	Научно-теоретические основы гимнастики. Виды гимнастики.	ОК-8 ПК-4	
2	Гимнастическая терминология		устный опрос
3	Основы техники гимнастических, упражнений. Основы обучения гимнастическим упражнениям.		
4	Организация и содержание занятий гимнастикой в Общеобразовательной школе.		устный опрос
5	Основы спортивной тренировки гимнастике		устный опрос
6	Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю.		
7	Предупреждение травматизма на занятиях гимнастикой.		устный опрос
8	Организация и проведение соревнований по гимнастике.		

2. Оценка уровня сформированности компетенций осуществляется на основании критериев модульно-рейтинговой системы в последнем семестре изучения дисциплины.

Уровни сформированности компетенции	Основные признаки уровня
Компетенции не сформированы	менее 50%
Пороговый уровень	50-65%
Повышенный уровень	65-85%
Высокий уровень	85-100%

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

А. Формы текущего контроля

3.1. Контрольные работы.

Не предусмотрены.

3.2. Лабораторные работы.

Не предусмотрены.

3.3. Образцы тестов (при их наличии).

Не предусмотрены.

3.4. Другие виды оценочных средств.

Задания для проведения строевых упражнений:

Задание 1

1. Подать команды: для построения шеренги, «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Отставить». Выполнить расчет: по порядку, на 1-2, по четыре.
2. Провести:
 - перестроение из одной шеренги в две;
 - повороты на месте;
 - ходьбу на месте и остановку группы;
 - движение в обход, ходьбу с изменением темпа, переход на бег;
 - перестроение уступом из шеренги.

Задание 2

1. Провести следующие разновидности передвижений: на носках, в полуприседе, перекатом с пятки на носок, в приседе с опорой руками о колени, сгибая ноги вперед, прыжками в сочетании с взмахом рук.
2. Провести ходьбу противходом, змейкой, по диагонали, к точкам зала;
3. Провести бег;

- с ускорением по диагонали, сгибая ноги вперед и назад;
- с взмахом ногами вперед и в стороны;
- с поворотами кругом по диагонали.
- 4. Провести повороты в движении (налево, направо, кругом).
- 5. Провести перестроение поворотом в движении в колонну по четыре и размыкание в движении.

Задание 3

1. Провести передвижения в упоре присев, в упоре лежа сзади согнув ноги, прыжками в упоре лежа и упоре стоя согнувшись.
2. Провести переход с движения на месте к передвижению по команде «Прямо».
3. Провести построение в колонну и перестроение в колонну по четыре дроблением и сведением.
4. Провести размыкание приставными шагами влево (вправо), от середины.

Задание 4

1. Провести передвижение с изменением длины шага, строевым шагом, остановить движущуюся группу одним из способов.
2. Провести движение по кругу и выход из него.
3. Провести перестроение из шеренги в колонну захождением отделений плечом вперед.
4. Провести размыкание по строевому уставу вооруженных сил.

Б. Формы промежуточного контроля

3.5. Вопросы к экзамену или к зачету по дисциплине.

1. Гимнастические упражнения - основное средство гимнастики (группы упражнений).
2. Средства и методы гимнастики.
3. Виды гимнастики и их краткая характеристика.
4. Гимнастика, как учебно-педагогическая и научная дисциплина.
5. Краткий исторический обзор развития гимнастики (создание национальных систем гимнастики).
6. Причины травматизма и способы его предупреждения.
7. Соблюдение основных правил проведения занятий. Врачебный контроль за занимающимися
8. Страховка и помощь, как меры предупреждения травм.
9. Требования к местам проведения занятий.
10. Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии.
11. Правило сокращающего характера.

3.6. Билеты по дисциплине.

Не предусмотрены.

3.7. Тесты (при их наличии).

Не предусмотрены.

3.8. Задания практического характера.

Теория:

- 1.1. Знать теоретический и методический материал в объеме третьего семестра.
- 1.2. Сдать зачет по теории за первый семестр.

Методика:

- 2.1. Овладеть профессионально-педагогическими умениями и навыками:
- 2.1.1. Страховкой и помощью при разучивании акробатических упражнений и опорных прыжков.

- 2.1.2. Владеть терминами строевых, общеразвивающих и акробатических упражнений.
 2.1.3. Овладеть методикой разучивания строевых и общеразвивающих упражнений.
 2.1.4. Выполнить требования по самостоятельной работе.

Практика:

- 3.1. Овладеть техникой строевых и общеразвивающих упражнений.
 3.2. Овладеть техникой акробатических упражнений и техникой опорных прыжков. (См. зачетные упражнения на снарядах)
 3.3. Выполнить акробатическую комбинацию и опорный прыжок на оценку не менее 7,5 баллов.

Учебная практика:

Сдать зачет по проведению строевых упражнений на отделении студентов. (Провести строевые упражнения на оценку). Оценивается наличие командного голоса, умение правильно выбрать место, держаться перед строем, четко и правильно подавать команды.

Сдать зачет по проведению разновидностей передвижений.

1. Ходьба: на носках, перекатом с пятки на носок, в полуприседе, в приседе, приставным и переменным шагом, стигая ноги вперед, в сочетании с движением рук и головы.
2. Бег: сгибая ноги вперед и назад, с махом ног вперед и в стороны, с ускорением, с поворотами кругом и др.
3. Прыжки: на левой (на правой), на двух, со взмахом рук, сочетание прыжков ноги врозь и вместе, с поворотом кругом и др.
4. Передвижение в упоре лежа и упоре лежа сзади, в упоре стоя, согнувшись и др.

Сдать зачет по проведению комплекса общеразвивающих упражнений.

Оценивается умение выбрать место перед группой, правильно и четко подавать команды, объяснять упражнения, давать методические указания и исправлять ошибки. При подготовке к зачету необходимо разработать комплекс, состоящий из 8 - 12 упражнений.

Упражнения должны включать движения руками (дуги, круги), туловищем (наклоны, повороты), ногами (приседы, махи, прыжки). В середину комплекса следует включить сочетания движений ногами, руками и туловищем. Очередность упражнений в комплексе должна соответствовать правилам чередования упражнений (смотреть лекцию «Общеразвивающие упражнения»).

Рекомендуемая форма записи комплекса общеразвивающих упражнений:

Назначение упражнения	Содержание упражнения	Графическое изображение	Дозировка	Методические указания
Для формирования правильной осанки	I. И.П. – О.С.: 1 – стойка на носках, руки к плечам; 2 – руки вверх; 3 – руки к плечам; 4 – И.П.		8 раз	Сохранять выпрямленный позвоночник и приподнятый подбородок.

Для совершенствования гибкости.	II. И.П. – стойка ноги врозь, руки на пояс; 1-2-3 – три пружинящих наклона с касанием пальцами пола; 4 – И.П.		8 раз	Выполнять с постепенным увеличением амплитуды движений.
Для формирования навыка удержания вытянутых в плечах рук и выпрямленного положения тела.	III. И.П. – упор присев: 1 – упор лёжа; 2-3 – держать; 4 – И.П.		4 раза	Сохранять выпрямленное положение тела и вытянутые в плечевых суставах руки.

Сдать зачет по проведению ОРУ.

- раздельным способом;
- серийным и поточным;
- проходным;

3.9. Другие ОС, предназначенные для проведения промежуточного контроля (портфолио и др.).

Самостоятельная работа.

Тема	Методические указания для работы с литературой в межсессионный период	Форма отчетности, № и стр. литературы
1. Гимнастика как средство физического воспитания	Познакомиться с характеристикой специалиста в области массовых видов гимнастики.	Зачет по теории 1-с. 5-8.
2. Гимнастика в системе физического воспитания России.	Знать задачи, методические особенности и средства гимнастики. Знать характеристику видов гимнастики.	Тезисы 1-с. 10-17; с.202-234 2-с. 4-21
3. История развития гимнастики.	Познакомиться с развитием гимнастики в России и СССР. Тезисы с регистрацией дат знаменательных событий.	Тезисы 1-с. 23-28, с. 33-47. 2-с. 33-47
4. Терминология	Знать: 1. Значение терминологии и предъявляемые к ней требования.	Зачет 1-с. 28-29; с. 32-36; с. 36-39; с.39-41. с.42-45.

	2. Определения терминов общеразвивающих упражнений, упражнений на снарядах и акробатических и упражнений. 3. Правила и формы записи упражнений.	
5. Строевые упражнения	Знать команды: 1. Для построения, шеренги, колонны, круга. 2. Для перестроений: - из одной шеренги в две и в три; - ом из шеренги и колонны; - захождением отделений плечом вперед; - поворотом в движении в колонну по 4е; - дроблением и сведением в колонну по 4е; 3. Для размыканий: - приставными шагами; - по Уставу Российской армии; - по распоряжению. Знать рапорт дежурного и требования, предъявляемые к группе учащихся и преподавателю во время рапорта.	Зачет 1-с. 47-48, 52-53. 3-с. 117;с. 119;с. 123-124;
6. Общеразвивающие упражнения	Разработать комплекс, состоящий из шести упражнений. Упражнения должны включать движения следующими звеньями тела: руками (дуги, круги), туловищем (наклоны, повороты), ногами (приседы, махи, прыжки).	Конспект с. 55-64 1-с. 128-170
7. Меры предупреждения травм на занятиях гимнастикой.	Знать причины травматизма и профилактику предупреждения травм на занятиях гимнастикой.	Тезисы 1-с. 316-324 2-с. 47-59

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

«отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением студента подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Студент должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные емкие

выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь студента должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать предъявляемым к отличному ответу.

«удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьезных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, не достаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«неудовлетворительно» - студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.