

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА)

1 Семестр

Раздел 1 Практический

1.1 Контроль по итогам (КИ) - 8 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Практический» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 1 семестр.

Практический раздел дисциплины «Физическая культура» оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (1-8 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой. Минимальная оценка для успешной аттестации – 12 баллов.

«Практический раздел» Ориентировочная оценка, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Практический» также учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку понимания студентом основных приемов эффективного управления собственным временем; основных методик самоконтроля, саморазвития и самообразования, техники безопасности на занятиях физической культурой;

- оценку понимания студентом разновидностей физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества; научно-практических основ физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.

Раздел 2 Контрольный по избранному виду физической подготовки

2.1 Контроль по итогам (КИ) - 15 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Контрольный» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 1 семестр.

Раздел «Контрольный по избранному виду физической подготовки» оценивается по результатам выполнения тестов специальной физической подготовленности избранного студентом направления вида спорта соответствующего отделения кафедры. Пример контрольного теста представлен ниже.

Итоговая оценка данного раздела дисциплины «Физическая культура (элективная дисциплина)» выставляется по сумме баллов выполнения тестов с максимальной оценкой 30 баллов, минимальной положительной оценкой 12 баллов.

Контрольные тесты для оценки специальной физической подготовленности студентов по избранному направлению вида спорта (на примере отделения волейбол).

Отделение волейбол

Оценка в баллах	10	9	8	7	6
Тест на прыжковую выносливость. Прыжки с места толчком двумя ногами на оптимальную высоту (к росту игрока-мужчины прибавить 1м) с доставанием маркированной отметки двумя руками. Оценивается количество прыжков.	60	55	50	45	40
Тест на скоростную выносливость. Бег «елочкой» - 92м на одной стороне волейбольной площадки. На боковых линиях через 3м сделаны отметки. Старт от середины лицевой линии. Игрок касается ближней отметки с одной стороны площадки, возвращается к месту старта, касается ближней отметки с другой стороны площадки, возвращается к месту старта. Далее по этой схеме с касанием следующих отметок. Оценивается время перемещения в секундах.	23,0	23,5	24,0	24,5	25,0
Прыжок с места толчком обеих ног. Три попытки, см.	90	85	80	72	65
Прыжок вверх с разбега толчком обеих ног с касанием отметки возможно выше (дается три попытки, см.)	335	327	320	312	305
Бег на дистанцию 9 – 3 – 6 – 3 – 9 (цифры означают дистанцию бега на волейбольной площадке в м., общая длина – 30м), сек	7,0	7,3	7,5	7,8	8,0

Раздел 3 Итоговый

3.1 Контроль по итогам (КИ) - 15 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Итоговый» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 1 семестр.

Оценка «Итогового» раздела дисциплины «Физическая культура» складывается из оценки работы студента на практических занятиях 9-15 недели (20 баллов) и выполнения зачетных контрольных тестов (30 баллов).

Работа студента на практических занятиях 9-15 недели оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (9-15 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой.

Ориентировочная оценка за работу студента на практических занятиях, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Итоговый» учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку владения студентом основными методами эффективного управления собственным временем; технологиями приобретения использования и обновления социокультурных и профессиональных знаний, умений и навыков, методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни, техники безопасности на занятиях физической культурой;
- оценку владения студентом методов укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Выполнение зачетных контрольных тестов осуществляется на базе тестов раздела «Контрольный», повторными испытаниями. В случае уже имеющих максимальных результатов выполнения студентом тестов раздела «Контрольный» данные результаты могут быть перезачтены преподавателем без повторной сдачи тестов.

«Итоговый» раздел оценивается от минимальной положительной оценки в 30 баллов до максимальной в 50 баллов. Значения ниже 30 баллов соответствуют не зачету данного раздела.

2 Семестр

Раздел 1 Практический

1.1 Контроль по итогам (КИ) - 8 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Практический» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 2 семестр.

Практический раздел дисциплины «Физическая культура» оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (1-8 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой. Минимальная оценка для успешной аттестации – 12 баллов.

«Практический раздел» Ориентировочная оценка, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Практический» также учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку понимания студентом основных приемов эффективного управления собственным временем; основных методик самоконтроля, саморазвития и самообразования, техники безопасности на занятиях физической культурой;

- оценку понимания студентом разновидностей физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества; научно-практических основ физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.

[illegible]

Раздел 3 Итоговый

3.1 Контроль по итогам (КИ) - 15 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Итоговый» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 2 семестр.

Оценка «Итогового» раздела дисциплины «Физическая культура» складывается из оценки работы студента на практических занятиях 9-15 недели (20 баллов) и выполнения зачетных контрольных тестов (30 баллов).

Работа студента на практических занятиях 9-15 недели оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (9-15 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой.

Ориентировочная оценка за работу студента на практических занятиях, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Итоговый» учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку владения студентом основными методами эффективного управления собственным временем; технологиями приобретения использования и обновления социокультурных и профессиональных знаний, умений и навыков, методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни, техники безопасности на занятиях физической культурой;
- оценку владения студентом методов укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Выполнение зачетных контрольных тестов осуществляется на базе тестов раздела «Контрольный», повторными испытаниями. В случае уже имеющих максимальных результатов выполнения студентом тестов раздела «Контрольный» данные результаты могут быть перезачтены преподавателем без повторной сдачи тестов.

«Итоговый» раздел оценивается от минимальной положительной оценки в 30 баллов до максимальной в 50 баллов. Значения ниже 30 баллов соответствуют не зачету данного раздела.

3 Семестр

Раздел 1 Практический

1.1 Контроль по итогам (КИ) - 8 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Практический» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 3 семестр.

Практический раздел дисциплины «Физическая культура» оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (1-8 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой. Минимальная оценка для успешной аттестации – 12 баллов.

«Практический раздел» Ориентировочная оценка, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Практический» также учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку понимания студентом основных приемов эффективного управления собственным временем; основных методик самоконтроля, саморазвития и самообразования, техники безопасности на занятиях физической культурой;

- оценку понимания студентом разновидностей физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества; научно-практических основ физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.

Раздел 2 Контрольный по избранному виду физической подготовки

2.1 Контроль по итогам (КИ) - 15 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Контрольный» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 3 семестр.

Раздел «Контрольный по избранному виду физической подготовки» оценивается по результатам выполнения тестов специальной физической подготовленности избранного студентом направления вида спорта соответствующего отделения кафедры. Пример контрольного теста представлен ниже.

Итоговая оценка данного раздела дисциплины «Физическая культура (элективная дисциплина)» выставляется по сумме баллов выполнения тестов с максимальной оценкой 30 баллов, минимальной положительной оценкой 12 баллов.

Контрольные тесты для оценки специальной физической подготовленности студентов по избранному направлению вида спорта (на примере отделения футбол).

Отделение футбол

Оценка в баллах	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Удар по мячу на дальность в коридоре 10м (в м)	Более 40	38	36	34	32	30	28	26	24	22
Удар на точность по пустым воротам (10 ударов с расстояния 16,5 м)	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Жонглирование мячом (кол-во раз)	25	20	17	14	10	7	6	5	4	3
Удар через себя на ограниченной площади радиусом 9м (кол-во раз)	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

Раздел 3 Итоговый

3.1 Контроль по итогам (КИ) - 15 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Итоговый» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 3 семестр.

Оценка «Итогового» раздела дисциплины «Физическая культура» складывается из оценки работы студента на практических занятиях 9-15 недели (20 баллов) и выполнения зачетных контрольных тестов (30 баллов).

Работа студента на практических занятиях 9-15 недели оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (9-15 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой.

Ориентировочная оценка за работу студента на практических занятиях, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Итоговый» учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку владения студентом основными методами эффективного управления собственным временем; технологиями приобретения использования и обновления социокультурных и профессиональных знаний, умений и навыков, методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни, техники безопасности на занятиях физической культурой;
- оценку владения студентом методов укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Выполнение зачетных контрольных тестов осуществляется на базе тестов раздела «Контрольный», повторными испытаниями. В случае уже имеющих максимальных результатов выполнения студентом тестов раздела «Контрольный» данные результаты могут быть перезачтены преподавателем без повторной сдачи тестов.

«Итоговый» раздел оценивается от минимальной положительной оценки в 30 баллов до максимальной в 50 баллов. Значения ниже 30 баллов соответствуют не зачету данного раздела.

4 Семестр

Раздел 1 Практический

1.1 Контроль по итогам (КИ) - 8 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Практический» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 4 семестр.

Практический раздел дисциплины «Физическая культура» оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (1-8 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой. Минимальная оценка для успешной аттестации – 12 баллов.

«Практический раздел» Ориентировочная оценка, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Практический» также учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку понимания студентом основных приемов эффективного управления собственным временем; основных методик самоконтроля, саморазвития и самообразования, техники безопасности на занятиях физической культурой;

- оценку понимания студентом разновидностей физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества; научно-практических основ физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.

Раздел 2 Контрольный по избранному виду физической подготовки

2.1 Контроль по итогам (КИ) - 15 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Контрольный» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 4 семестр.

Раздел «Контрольный по избранному виду физической подготовки» оценивается по результатам выполнения тестов специальной физической подготовленности избранного студентом направления вида спорта соответствующего отделения кафедры. Пример контрольного теста представлен ниже.

Итоговая оценка данного раздела дисциплины «Физическая культура (элективная дисциплина)» выставляется по сумме баллов выполнения тестов с максимальной оценкой 30 баллов, минимальной положительной оценкой 12 баллов.

Контрольные тесты для оценки специальной физической подготовленности студентов по избранному направлению вида спорта (на примере отделения самбо).

Отделение самбо

Оценка в баллах	10	9	8	7	6
Забегание на мосту	Экспертная оценка преподавателя				
Бросок (различные виды)	Экспертная оценка преподавателя				
Переворот на мосту	Экспертная оценка преподавателя				
Удержание	Экспертная оценка преподавателя				

Раздел 3 Итоговый

3.1 Контроль по итогам (КИ) - 15 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Итоговый» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 4 семестр.

Оценка «Итогового» раздела дисциплины «Физическая культура» складывается из оценки работы студента на практических занятиях 9-15 недели (20 баллов) и выполнения зачетных контрольных тестов (30 баллов).

Работа студента на практических занятиях 9-15 недели оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (9-15 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой.

Ориентировочная оценка за работу студента на практических занятиях, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Итоговый» учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку владения студентом основными методами эффективного управления собственным временем; технологиями приобретения использования и обновления социокультурных и профессиональных знаний, умений и навыков, методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни, техники безопасности на занятиях физической культурой;
- оценку владения студентом методов укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Выполнение зачетных контрольных тестов осуществляется на базе тестов раздела «Контрольный», повторными испытаниями. В случае уже имеющих максимальных результатов выполнения студентом тестов раздела «Контрольный» данные результаты могут быть перезачтены преподавателем без повторной сдачи тестов.

«Итоговый» раздел оценивается от минимальной положительной оценки в 30 баллов до максимальной в 50 баллов. Значения ниже 30 баллов соответствуют не зачету данного раздела.

5 Семестр

Раздел 1 Практический

1.1 Контроль по итогам (КИ) - 8 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Практический» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 5 семестр.

Практический раздел дисциплины «Физическая культура» оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (1-8 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой. Минимальная оценка для успешной аттестации – 12 баллов.

«Практический раздел» Ориентировочная оценка, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Практический» также учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку понимания студентом основных приемов эффективного управления собственным временем; основных методик самоконтроля, саморазвития и самообразования, техники безопасности на занятиях физической культурой;

- оценку понимания студентом разновидностей физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества; научно-практических основ физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.

Раздел 2 Контрольный по избранному виду физической подготовки

2.1 Контроль по итогам (КИ) - 15 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Контрольный» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 5 семестр.

Раздел «Контрольный по избранному виду физической подготовки» оценивается по результатам выполнения тестов специальной физической подготовленности избранного студентом направления вида спорта соответствующего отделения кафедры. Пример контрольного теста представлен ниже.

Итоговая оценка данного раздела дисциплины «Физическая культура (элективная дисциплина)» выставляется по сумме баллов выполнения тестов с максимальной оценкой 30 баллов, минимальной положительной оценкой 12 баллов.

Контрольные тесты для оценки специальной физической подготовленности студентов по избранному направлению вида спорта (на примере отделения спортивной гимнастики).

*Отделение
гимнастики*

Характеристика направленности тестов	Девушки				
Оценка	10	9	8	7	6
Силовые нормы-Пресс (кол-во раз в минуту)	40	38	36	34	32
Поднимание ног на шведской стенке	15	14	13	12	11
Складка	15	14	13	12	11
Акробатические блоки (танцевальные)	Экспертная оценка				

спортивной

Характеристика направленности тестов	Мужчины				
Оценка	10	9	8	7	6
Складки	50	45	40	35	30
Отжимания в упоре лежа	70	65	60	55	50
Отжимания в упоре (на брусьях)	35	30	25	20	15
Тест на силовую подготовленность - подтягивание на перекладине (кол-во раз)	20	18	16	14	12

Раздел 3 Итоговый

3.1 Контроль по итогам (КИ) - 15 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Итоговый» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 5 семестр.

Оценка «Итогового» раздела дисциплины «Физическая культура» складывается из оценки работы студента на практических занятиях 9-15 недели (20 баллов) и выполнения зачетных контрольных тестов (30 баллов).

Работа студента на практических занятиях 9-15 недели оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (9-15 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой.

Ориентировочная оценка за работу студента на практических занятиях, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Итоговый» учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку владения студентом основными методами эффективного управления собственным временем; технологиями приобретения использования и обновления социокультурных и профессиональных знаний, умений и навыков, методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни, техники безопасности на занятиях физической культурой;
- оценку владения студентом методов укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Выполнение зачетных контрольных тестов осуществляется на базе тестов раздела «Контрольный», повторными испытаниями. В случае уже имеющих максимальных результатов выполнения студентом тестов раздела «Контрольный» данные результаты могут быть перезачтены преподавателем без повторной сдачи тестов.

«Итоговый» раздел оценивается от минимальной положительной оценки в 30 баллов до максимальной в 50 баллов. Значения ниже 30 баллов соответствуют не зачету данного раздела.

6 Семестр

Раздел 1 Практический

1.1 Контроль по итогам (КИ) - 8 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Практический» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 5 семестр.

Практический раздел дисциплины «Физическая культура» оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (1-8 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой. Минимальная оценка для успешной аттестации – 12 баллов.

«Практический раздел» Ориентировочная оценка, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Практический» также учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку понимания студентом основных приемов эффективного управления собственным временем; основных методик самоконтроля, саморазвития и самообразования, техники безопасности на занятиях физической культурой;

- оценку понимания студентом разновидностей физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества; научно-практических основ физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.

Раздел 2 Контрольный по избранному виду физической подготовки

2.1 Контроль по итогам (КИ) - 15 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Контрольный» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 6 семестр.

Раздел «Контрольный по избранному виду физической подготовки» оценивается по результатам выполнения тестов специальной физической подготовленности избранного студентом направления вида спорта соответствующего отделения кафедры. Пример контрольного теста представлен ниже.

Итоговая оценка данного раздела дисциплины «Физическая культура (элективная дисциплина)» выставляется по сумме баллов выполнения тестов с максимальной оценкой 30 баллов, минимальной положительной оценкой 12 баллов.

Контрольные тесты для оценки специальной физической подготовленности студентов по избранному направлению вида спорта (на примере секции спортивного ориентирования).

Секция спортивного ориентирования

Тестирование в рассматриваемом виде спорта проводится по итогам прохождения контрольных дистанций на местности:

1. Средняя дистанция (классика) бегом
2. Короткая Дистанция(спринт) бегом
3. Длинная дистанция (кросс) бегом
4. Короткая Дистанция(спринт) на лыжах
5. Средняя дистанция (классика) на лыжах

Оценка Ранг соревн. (по ЕВСК)	Результат в % от времени победителя									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1000	338	321,1	304,2	287,3	270,4	253,5	236,6	219,7	202,8	169
850	332	315,4	298,8	282,2	265,6	249	232,4	215,8	199,2	166
750	326	309,7	293,4	277,1	260,8	244,5	228,2	211,9	195,6	163
650	320	304	288	272	256	240	224	208	192	160
500	314	298,3	282,6	266,9	251,2	235,5	219,8	204,1	188,4	157
425	308	292,6	277,2	261,8	246,4	231	215,6	200,2	184,8	154
375	302	286,9	271,8	256,7	241,6	226,5	211,4	196,3	181,2	151
325	296	281,2	266,4	251,6	236,8	222	207,2	192,4	177,6	148
250	290	275,5	261	246,5	232	217,5	203	188,5	174	145
211	284	269,8	255,6	241,4	227,2	213	198,8	184,6	170,4	142
185	278	264,1	250,2	236,3	222,4	208,5	194,6	180,7	166,8	139
159	272	258,4	244,8	231,2	217,6	204	190,4	176,8	163,2	136

120	266	252,7	239,4	226,1	212,8	199,5	186,2	172,9	159,6	133
-----	-----	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-----

Раздел 3 Итоговый

3.1 Контроль по итогам (КИ) - 15 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Итоговый» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 6 семестр.

Оценка «Итогового» раздела дисциплины «Физическая культура» складывается из оценки работы студента на практических занятиях 9-15 недели (20 баллов) и выполнения зачетных контрольных тестов (30 баллов).

Работа студента на практических занятиях 9-15 недели оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (9-15 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой.

Ориентировочная оценка за работу студента на практических занятиях, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Итоговый» учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку владения студентом основными методами эффективного управления собственным временем; технологиями приобретения использования и обновления социокультурных и профессиональных знаний, умений и навыков, методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни, техники безопасности на занятиях физической культурой;
- оценку владения студентом методов укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Выполнение зачетных контрольных тестов осуществляется на базе тестов раздела «Контрольный», повторными испытаниями. В случае уже имеющих максимальных результатов выполнения студентом тестов раздела «Контрольный» данные результаты могут быть перезачтены преподавателем без повторной сдачи тестов.

«Итоговый» раздел оценивается от минимальной положительной оценки в 30 баллов до максимальной в 50 баллов. Значения ниже 30 баллов соответствуют не зачету данного раздела.

7 Семестр

Раздел 1 Практический

1.1 Контроль по итогам (КИ) - 8 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Практический» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 7 семестр.

Практический раздел дисциплины «Физическая культура» оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (1-8 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой. Минимальная оценка для успешной аттестации – 12 баллов.

«Практический раздел» Ориентировочная оценка, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка преподавателя освоения студентом раздела «Практический» также учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку понимания студентом основных приемов эффективного управления собственным временем; основных методик самоконтроля, саморазвития и самообразования, техники безопасности на занятиях физической культурой;

- оценку понимания студентом разновидностей физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества; научно-практических основ физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.

Раздел 2 Контрольный по избранному виду физической подготовки

2.1 Контроль по итогам (КИ) - 15 Неделя

Контрольные измерительные материалы и система оценивания раздела «Контрольный» дисциплины «Физическая культура (элективная)» 7 семестр.

Раздел «Контрольный по избранному виду физической подготовки» оценивается по результатам выполнения тестов специальной физической подготовленности избранного студентом направления вида спорта соответствующего отделения кафедры. Пример контрольного теста представлен ниже.

Итоговая оценка данного раздела дисциплины «Физическая культура (элективная дисциплина)» выставляется по сумме баллов выполнения тестов с максимальной оценкой 30 баллов, минимальной положительной оценкой 12 баллов.

Контрольные тесты для оценки специальной физической подготовленности студентов по избранному направлению вида спорта (на примере секции спортивного туризма).

Секция спортивного туризма

Тесты для оценки специально-физической и спортивно-технической подготовленности студентов спортивного учебного отделения секции "спортивный туризм"

Наименование спортивной дисциплины	Класс дистанции	Квалификационный ранг соревнований	Единицы измерения	Оценка									
				10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Дистанции	1	менее 1	Результаты участников в % от времени победителя, не более							100	125	150	> 150
		1								102	127	152	> 152
		2								105	130	155	> 155
		3								108	133	158	> 158
		4								111	136	161	> 161
		5								114	139	164	> 164
		6								117	142	167	> 167
		8								120	145	170	> 170
		10								123	148	173	> 173
		13								126	151	176	> 176
	2	16					100	110	119	129	154	179	> 179
		20					102	112	122	132	157	182	> 182
		25					105	115	125	135	160	185	> 185
		32					108	118	128	138	163	188	> 188
		40					111	121	132	142	167	192	> 192
		50					114	125	135	146	171	196	> 196
	3	63		100	106	111	117	128	139	150	175	200	> 200
		80		102	108	114	120	131	143	154	179	204	> 204
		100		105	111	117	123	135	146	158	183	208	> 208

		125	108	114	120	126	138	150	162	187	212	> 212
		160	111	117	123	129	141	154	166	191	216	> 216
		200	114	120	126	132	144	156	168	193	218	> 218
		250	117	123	129	135	147	160	172	197	222	> 222
	4	300	120	126	132	138	153	168	> 168			
		400	123	129	136	142	157	172	> 172			
		500	126	133	139	146	161	176	> 176			
		630	129	136	143	150	165	180	> 180			
	5-6	700	130	140	150	> 150						
		800	132	142	152	> 152						
		900	134	144	154	> 154						
		1000	135	145	155	> 155						
		1250	138	148	158	> 158						
		1500	140	150	160	> 160						
		1600	142	152	162	> 162						
		2000	146	156	166	> 166						
		2400	150	160	170	> 170						

Тестирование в рассматриваемом виде спорта проводится итогам прохождения контрольных дистанций на местности:

1. Дистанция-пешеходная
2. Дистанция-пешеходная-связка
3. Дистанция-пешеходная-группа
4. Дистанция-лыжная
5. Дистанция-лыжная-связка
6. Дистанция-лыжная-группа
7. Дистанция-горная
8. Дистанция-горная-связка
9. Дистанция-горная-группа

1 Семестр

Аттестация разделов

Суммарная оценка дисциплины Физическая культура (элективная) за 1 семестр складывается из оценок разделов «Практический», «Контрольный», «Итоговый».

2 Семестр

Аттестация разделов

Суммарная оценка дисциплины Физическая культура (элективная) за 2 семестр складывается из оценок разделов «Практический», «Контрольный», «Итоговый».

3 Семестр

Аттестация разделов

Суммарная оценка дисциплины Физическая культура (элективная) за 3 семестр складывается из оценок разделов «Практический», «Контрольный», «Итоговый».

4 Семестр

Аттестация разделов

Суммарная оценка дисциплины Физическая культура (элективная) за 4 семестр складывается из оценок разделов «Практический», «Контрольный», «Итоговый».

5 Семестр

Аттестация разделов

Суммарная оценка дисциплины Физическая культура (элективная) за 5 семестр складывается из оценок разделов «Практический», «Контрольный», «Итоговый».

6 Семестр

Аттестация разделов

Суммарная оценка дисциплины Физическая культура (элективная) за 6 семестр складывается из оценок разделов «Практический», «Контрольный», «Итоговый».

7 Семестр

Зачет

Контрольные измерительные материалы и система оценивания Итогового контроля дисциплины «Физическая культура (элективная)» 7 семестр.

Оценка Итогового контроля дисциплины «Физическая культура» 7 семестр складывается из оценки работы студента на практических занятиях 9-14 недели (20 баллов) и выполнения зачетных контрольных тестов (30 баллов).

Работа студента на практических занятиях 9-14 недели оценивается по 20 балльной шкале с учетом выполненного студентом в период (9-14 недели) объема необходимой двигательной активности, заданной расписанием практических занятий и учебной программой.

Ориентировочная оценка за работу студента на практических занятиях, балл	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Процент объема посещений практических занятий	90-100	80-90	70-80	60-70	50-60	40-50	30-40	20-30	10-20	0-10

Экспертная оценка Итогового контроля учитывает степень активности студента на занятиях, интереса к занятиям и включает:

- оценку владения студентом основными методами эффективного управления собственным временем; технологиями приобретения использования и обновления социокультурных и профессиональных знаний, умений и навыков, методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни, техники безопасности на занятиях физической культурой;
- оценку владения студентом методов укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Выполнение зачетных контрольных тестов осуществляется на базе тестов раздела «Контрольный», повторными испытаниями. В случае уже имеющих максимальных результатов выполнения студентом тестов раздела «Контрольный» данные результаты могут быть перезачтены преподавателем без повторной сдачи тестов.

Итоговый контроль оценивается от минимальной положительной оценки в 30 баллов до максимальной в 50 баллов. Значения ниже 30 баллов соответствуют оценке «не зачтено».