

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Тарасова Ирина Владимировна
Должность: Проректор по учебной работе
Дата подписания: 05.04.2025 17:48:45
Уникальный программный ключ:
8c45e14bf77dac42d4f8b124280a05e6949a00d3

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПРАВОСЛАВНЫЙ СВЯТО-ТИХОНОВСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
(ПСТГУ)**

кафедра физической культуры

**Оценочные средства
по дисциплине**

«Элективные курсы по физической культуре и спорту»

44.03.01 «Педагогическое образование»

Профиль подготовки: Начальное образование

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная

2022 г.

Год начала обучения по учебному плану: 2023г.

1. Оценочные средства и критерии оценивания для текущего контроля успеваемости.

Оценочные средства для текущего контроля успеваемости разработаны на основе рабочей программы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту», входящей в состав образовательной программы **44.03.01 «Педагогическое образование», (начальное образование).**

Текущий контроль проводится в соответствии с учебным планом в 1-6 семестрах. 90% посещаемости практических занятий является допуском к промежуточной аттестации. В процессе изучения дисциплины осуществляются следующие виды контроля:

1) *входной контроль* заключается в определении исходного уровня физической подготовленности, морфофункционального состояния, первоначальных знаний, умений и навыков в базовых видах спорта (для элективной дисциплины «Общая физическая подготовка»); избранного вида спорта (для элективных дисциплин «Волейбол», «Мини-футбол», «Бадминтон», «Баскетбол», «Легкая атлетика», «Лечебная физическая культура», «Адаптивная физическая культура»).

2) *текущий контроль* качества усвоения учебного материала состоит в проведении тестирования в конце разделов курса, а также в отработке практических навыков, активности на практических занятиях.

2. Оценочные средства для промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

2.1 Критерии и шкалы оценивания результатов обучения по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Индикатор(ы) компетенции	Форма контроля	Перечень оценочных средств	Критерии и шкала оценивания	
			Зачтено	Незачтено
УК7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	зачет	Практические задания. Сдача нормативов.	Зачет выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практического занятия, выполняет все задания преподавателя в полном объеме. Демонстрирует правильную технику изучаемых двигательных действий. Выполняет нормативы для оценки уровня физической подготовленности на отлично и хорошо.	Незачёт выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в

			знаниях основного учебного материала, не даёт ответа на предложенные вопросы, не может справиться с заданием преподавателя или отказывается от выполнения. Выполняет нормативы для оценки уровня физической подготовленности менее, чем на удовлетворительно
УК7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровье сберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	зачет	Практические задания. Сдача нормативов	Зачет выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практического занятия, выполняет все задания преподавателя в полном объеме. Демонстрирует правильную технику изучаемых двигательных действий. Выполняет нормативы для оценки уровня физической подготовленности на отлично и хорошо. Незачёт выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала, не даёт ответа на предложенные вопросы, не может справиться с заданием преподавателя или отказывается от выполнения. Выполняет нормативы для оценки уровня физической подготовленности менее, чем на удовлетворительно

2.2 Оценочные средства для промежуточной аттестации

Контрольные нормативы для оценки практических умений и навыков по базовым и избранным видам спорта.

Общая физическая подготовка

№	Тесты	зачтено	незачтено
девушки			
1	Прыжок в длину с места	170 - 185	155 - 170
2	Челночный бег 3x10м	7,9 – 8,8	8,8 – 9,1
3	Отжимание (кол-во раз)	11 - 16	9 - 11
4	Наклон вперед (гибкость)	+9 - +16	+7 - +9
5	Бросок набивного мяча (1 кг, см)	500 - 600	450 - 500
6	Поднимание туловища (кол-во раз/1 мин)	36 - 44	33 - 36
7	Скакалка (кол-во раз/1 мин)	140 - 160	120 - 140
юноши			

1	Прыжок в длину с места	220 - 230	190 - 220
2	Челночный бег 3x10м	6,9 – 7,7	7,7 – 7,9
3	Подтягивание (кол-во раз)	11 - 14	9 - 11
4	Наклон вперед (гибкость)	+8 - +13	+5 - +7
5	Бросок набивного мяча (1кг, см)	630 - 810	520 - 630
6	Поднимание туловища (кол-во раз/1 мин)	40 - 50	36 - 40
7	Скакалка (кол-во раз/1 мин)	130 - 150	110 - 130

Легкая атлетика

№	Тесты	зачтено	незачтено
девушки			
1	Прыжок в длину с разбега (см)	325 - 350	300 - 325
2	Метание мяча 150 гр. (м)	28 - 34	24 - 28
3	Бег на 30 метров	5,0 – 5,5	5,5 – 5,7
4	Бег на 60 метров	9,3 – 10,1	10,1 -10,5
5	Бег на 100 метров	16,0 – 17,2	17,2 – 17,6
6	Бег на 2000 метров	9,50 – 11,20	11,20 – 12,00
юноши			
1	Прыжок в длину с разбега (см)	435 - 460	410 - 435
2	Метание мяча 150 гр. (м)	38 - 40	35 - 38
3	Бег на 30 метров	4,4 – 4,7	4,7 – 4,9
4	Бег на 60 метров	8,0 – 8,5	8,5 – 8,8
5	Бег на 100 метров	13,4 – 14,3	14,3 – 14,6
6	Бег на 3000 метров	12,40 – 14,30	14,30 – 15,00

Волейбол

№	Тесты	зачтено	незачтено
девушки			
1	Подача мяча из 5 попыток (кол.)	3 - 4	2 - 3
2	Верхняя передача над собой (кол)	8 - 10	6 - 8
3	Нижняя передача над собой (кол)	7 - 9	5 - 7
4	Верхняя подача из 10 попыток	7 - 9	5 - 7
5	Верхняя передача в парах	12 - 15	9 - 12
6	Нижняя передача в парах (кол)	8 - 10	6 - 8
юноши			
1	Подача мяча из 5 попыток (кол.)	3 - 4	2 - 3
2	Верхняя передача над собой (кол)	8 - 10	6 - 8
3	Нижняя передача над собой (кол)	7 - 9	5 - 7
4	Верхняя подача из 10 попыток	7 - 9	5 - 7
5	Верхняя передача в парах (кол)	12 - 15	9 - 12
6	Нижняя передача в парах (кол)	8 - 10	6 - 8

Мини-футбол

№	Тесты	зачтено	незачтено
девушки			
1	Челночный бег 4x9 м	10,0 – 10,5	10,5 – 11,0
2	Удар по мячу ногой на точность	5 - 8	3 - 5
3	Бег 30 метров с мячом (сек)	8,5 – 10,5	10,5 – 12,5
4	Жонглирование мяча ногой (кол)	7 - 10	5 - 7

5	Передача мяча в парах за 30 сек	18 – 21	16 - 18
6	Обводка конусов (сек)	11,0 – 13,0	13,0 – 15,0
юноши			
1	Челночный бег 4x9 м	8,8 – 9,2	9,2 – 9,5
2	Удар по мячу ногой на точность	7 - 9	5 - 7
3	Бег 30 метров с мячом (сек)	6,5 - 8,5	8,5 – 10,5
4	Жонглирование мяча ногой (кол)	14 - 20	8 - 14
5	Передача мяча в парах за 30 сек	23 - 26	20 - 23
6	Обводка конусов (сек)	9,0 – 11,0	11,0 – 13,0

Баскетбол

№	Тесты	зачтено	незачтено
девушки			
1	Челночный бег 4x9 м	10,0 – 10,5	10,5 – 11,0
2	Передача мяча руками от груди партнёру за 30 сек (кол)	20 - 23	16 - 20
3	Точность выполнения бросков в движении из под кольца (кол)	7 - 9	5 - 7
4	Точность выполнения штрафных бросков в кольцо (кол)	7 - 9	5 - 7
5	Точность выполнения бросков с 3-х метровой зоны (кол)	5 - 7	3 - 5
юноши			
1	Челночный бег 4x9 м	8,8 – 9,2	9,2 – 9,5
2	Передача мяча руками от груди партнёру за 30 сек (кол)	23 - 27	18 - 23
3	Точность выполнения бросков в движении из под кольца (кол)	7 - 9	5 - 7
4	Точность выполнения штрафных бросков в кольцо (кол)	7 - 9	5 - 7
5	Точность выполнения бросков с 3-х метровой зоны (кол)	5 - 7	3 - 5

Бадминтон

№	Тесты	зачтено	незачтено
девушки			
1	Набивание волана (кол-во)	16 - 21	10 - 16
2	Выполнение короткой передачи из правой передней зоны в левую переднюю (кол-во)	10 - 12	8 - 10
3	Выполнение короткой подачи открытой стороной ракетки по 5 ударов из двух квадратов (кол-во)	5 - 7	3 - 5
4	Выполнение короткой передачи закрытой стороной ракетки по 5 ударов из 2-х квадратов (кол-во)	5 - 7	3 - 5
5	Выполнение высокой-далёкой подачи на заднюю линию площадки (кол-во)	4 - 6	2 - 4
юноши			
1	Набивание волана (кол-во)	21 - 25	15 - 21
2	Выполнение короткой передачи из	12 - 14	10 - 12

	правой передней зоны в левую переднюю (кол-во)		
3	Выполнение короткой подачи открытой стороной ракетки по 5 ударов из двух квадратов (кол-во)	7 - 9	5 - 7
4	Выполнение короткой передачи закрытой стороной ракетки по 5 ударов из 2-х квадратов (кол-во)	7 - 9	5 - 7
5	Выполнение высокой-далёкой подачи на заднюю линию площадки (кол-во)	6 - 8	4 - 6

Лечебная физическая культура

№	Тесты	зачтено	незачтено
девушки			
1	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на коленях на полу (кол-во)	7 - 12	3 - 6
2	Планка в упоре лёжа на локтях (сек.)	35 - 60	15 - 35
3	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (см)	2 - 7	-2 - 2
4	Ходьба 2х30 (сек.)	31 - 26	35 - 31
5	Приседание с выносом рук вперёд (кол-во)	35 - 45	27 - 35
6	Поднимание туловища из положения лёжа на спине, согнув ноги (кол-во)	22 - 32	14 - 22
юноши			
1	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во)	13 - 18	9 - 13
2	Планка в упоре лёжа на локтях (сек.)	55 - 80	35 - 55
3	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (см)	0 - 5	-4 - 0
4	Ходьба 2х30 (сек.)	29 - 24	33 - 29
5	Приседание с выносом рук вперёд (кол-во)	40 - 50	32 - 40
6	Поднимание туловища из положения лёжа на спине, согнув ноги (кол-во)	23 - 33	15 - 23

Адаптивная физическая культура

К каждому студенту, занимающемуся адаптивной физической культурой, требуется индивидуальный подход, поэтому при выборе конкретных физических упражнений, рекомендованных студентам, внимание обращается на физические способности студента и специфику его заболевания. В зависимости от заболевания преподаватель подбирает для студента специальный комплекс упражнений:

- дыхательные упражнения,
- упражнения на координацию,

- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса,
- упражнения на гибкость,
- элементы спортивных игр.

Образовательный процесс студентов с ОВЗ может осуществляться:

- в едином потоке со сверстниками, не имеющими ограничений,
- отдельно по индивидуальной образовательной траектории.

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого студента с ограниченными возможностями здоровья в процессе проведения практических занятий, приема функциональных проб и контрольных испытаний с учетом имеющегося заболевания, в виде тестирования или проверки реферата.

Требования к результатам освоения курса «Адаптивная физическая культура»

Повышение реабилитационного потенциала студентов с ОВЗ через коррекцию физического развития. Развитие и поддержание интереса занятиями адаптивной физкультурой как образа жизни.

В ходе реализации программы оценивается уровень физического развития, развитие координации движений. Формами подведения итогов реализации программы являются:

- включенное наблюдение за обучающимися в процессе учебно-тренировочных занятий;
- проверка выполнения отдельных упражнений;
- выполнение установленных для каждого индивидуально заданий.

Средства, используемые при реализации программы:

1. физические упражнения;
2. корригирующие упражнения;
3. коррекционные подвижные игры, элементы спортивных игр;
4. материально-технические средства адаптивной физической культуры: спортивные тренажеры, спортивный инвентарь;
5. наглядные средства обучения.

Способы организации студентов на занятии – фронтальный, поточный, индивидуальный. На занятиях используются все методы обучения, однако, учитывая особенности восприятия ими учебного материала, есть некоторые различия в приёмах. Они изменяются в зависимости от физических возможностей студента, запаса знаний и умений, наличия предыдущего зрительного и двигательного опыта, навыка пространственной ориентировки, умение владеть своим телом или остаточным зрением и слухом.

Метод практических упражнений основан на двигательной деятельности:

У студентов с нарушением зрения, чтобы совершенствовать определённые умения и навыки, необходимо многократное повторение изучаемых движений (больше, чем нормально видящим). Учитывая трудности восприятия учебного материала, человек с нарушением зрения нуждается в особом подходе в процессе обучения: в подборе упражнений, которые вызывают доверие, ощущение безопасности, комфортности и надёжной страховки.

У студентов с другими диагнозами необходимо учитывать дозировку и нагрузку выполняемых упражнений.

Необходимо выделить следующие направления использования метода практических упражнений:

- выполнение упражнения по частям, изучая каждую фазу движения отдельно, а затем объединяя их в целое;
- выполнение движения в облегчённых условиях;
- выполнение движения в усложнённых условиях (например, использование дополнительных отягощений - гантели 0,5кг, сужение площади опоры при передвижении и т.д.);
- использование сопротивлений (упражнения в парах, с резиновыми амортизаторами и т.д.),
- использование ориентиров при передвижении (звуковые, осязательные, обонятельные и др.),
- использование имитационных упражнений,
- подражательные упражнения,
- использование при ходьбе, беге лидера,
- использование страховки, помощи и сопровождения, которые дают уверенность учащемуся при выполнении движения,
- использование изученного движения в сочетании с другими действиями (например: ведение мяча в движении с последующим броском в цель и др.),
- изменение исходных положений для выполнения упражнения (например, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа от гимнастической скамейки или от пола),
- изменение внешних условий выполнения упражнений (на повышенной опоре, на мяче и т.д.),
- изменение в процессе выполнения упражнений таких характеристик как темп, ритм, скорость, направление движения, амплитуда, траектория и т.д.,
- изменение эмоционального состояния (бег в эстафетах, в подвижных играх, выполнение упражнений с речитативами, различным музыкальным сопровождением и др.)

Метод дистанционного управления (относится к методу слова) предполагает управление действиями студента на расстоянии посредством команд.

Метод наглядности занимает особое место, наглядность является одной из специфических особенностей использования методов обучения в процессе ознакомления с предметами и действиями.

Метод стимулирования двигательных действий.

Анализ и оценка выполнения движений способствует сознательному выполнению физических упражнений. Правильность выполнения оценивается путём наблюдения и указаний, анализа в процессе занятия.

При заболеваниях опорно-двигательной системы, меняя дозировку и нагрузку, необходимо подбирать упражнения и игры с учетом психофизиологических особенностей студентов.

Основы теоретических знаний

Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями. В свою очередь, материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение студентов элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением студентами соответствующего содержания практических и теоретических разделов. К формам организации занятий по физической культуре в начале семестра относятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в течение учебного года и самостоятельные занятия физическими упражнениями. Для более качественного освоения предметного содержания настоящей программы рекомендуется уроки физической культуры подразделять на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

Профилактика заболеваний и травм рук

При утрате нижних конечностей или в недостатке их работы, восполняя утрату подвижности и силы ног, компенсаторно развивается плечевой пояс. В то же время постоянная опора на руки предрасполагает к заболеваниям и травмам. Они вызываются в большинстве случаев мышечным перенапряжением, несбалансированностью движений разных групп мышц и потерей их эластичности. Как известно, любое движение в суставе обязано работе двух противодействующих групп мышц, называемых мышцами-антагонистами. Например, разгибание локтевого сустава требует одновременного сокращения трицепса и растяжения бицепса, а сгибание руки в локте — наоборот. Мышечная несбалансированность как раз и возникает, когда мышцы-антагонисты развиты не в равной степени. Это ставит под угрозу целостность суставов и усиливает риск получить другие травмы, в том числе растяжение сухожилий.

Дыхательные упражнения

Болезни органов дыхания относят к наиболее частой патологии. При этих заболеваниях не только развиваются соответствующие изменения в дыхательных путях и легочной ткани, но и существенным образом изменяется функция дыхания, а также наблюдаются нарушения деятельности других органов и систем. Всем известно, что важным средством тренировки дыхательного аппарата являются дыхательные упражнения. На занятиях адаптивной физической культуры, чтобы достичь высокой эффективности и экономичности дыхательного аппарата при выполнении упражнений, используется метод управления дыханием. Нужно, чтобы каждая фаза дыхания (вдох или выдох) строго соответствовала определенной фазе движения. Задача сложная, но необходимая.

Под специальными навыками понимается:

1. умение управлять актами вдоха и выдоха по длительности и скорости их выполнения, т.е. произвольно удлинять или укорачивать, ускорять или замедлять вдох и выдох;
2. хорошее владение навыком прерывистого дыхания;
3. умение задерживать дыхание на определенное время;
4. умение воспроизводить заданную величину жизненной емкости легких, т.е. произвольно управлять объемом вдоха и выдоха;
5. владение навыками различных типов дыхания - грудным, брюшным или диафрагмальным и смешанным.

Упражнения на координацию

Упражнения на координацию позволяют постепенно и всесторонне подойти к вопросу освоения пространства и умения координировать свои действия в этом пространстве. А тренировка сознания позволяет подготовить прочную базу для изучения более сложных комплексов и медитативных упражнений. Кроме обще оздоровительного эффекта, стимуляции деятельности нервной системы, сохранения гибкости суставов и укрепления мышц, упражнения на равновесие и координацию способствуют выработке устойчивости при опоре на малую площадь, что невозможно без внутреннего спокойствия и сосредоточенности.

Упражнения на мышцы брюшного пресса

Сильные и хорошо развитые мышцы живота имеют не только эстетическое значение. Слабые и дряблые мускулы не выдерживают давления внутренних органов, особенно при натуживании, что приводит к нарушению осанки. На животе легко откладывается жир, усугубляя все негативные последствия, вызванные слабостью брюшной стенки. Тренированные же мышцы обеспечивают фиксацию внутренних органов, правильную осанку, красивый внешний вид, а также способствуют эффективному выполнению профессиональной деятельности, связанной с физическими нагрузками.

Упражнения на гибкость

«Запас гибкости» (а точнее сказать, «резервная растяжимость»), позволяет в пределах наблюдаемой амплитуды движения свести к минимуму сопротивление растягиваемых мышц, благодаря чему движения выполняются без излишнего напряжения, более экономично.

Кроме того, резервная растяжимость служит гарантией против травм.

Физиологическое значение упражнений на растягивание заключается в том, что при достижении и удержании определенной «растянутой» позы в мышцах активизируются процессы кровообращения и обмена веществ. Упражнения на подвижность в суставах позволяют сделать мышцы более эластичными и упругими (повысить «не метаболическую» силу), увеличивают мобильность суставов.

Это способствует повышению координации движений, увеличивает работоспособность мышц, улучшает переносимость нагрузок и обеспечивает, как уже говорилось выше, профилактику травматизма.

Поскольку при растягивающих упражнениях улучшается кровообращение мышц, данный вид упражнений является эффективным средством, ускоряющим процессы восстановления после объемных и скоростно-силовых нагрузок, за счет удаления из организма продуктов метаболического обмена (шлаков).

Элементы спортивных игр

Необходимо включать в разработку программы адаптивной физической культуры элементы спортивных игр.

Выполнение элементарных движений:

- поддачи и передачи мяча в волейболе;
- отбивание мяча кулаком, коленями, здоровой ногой в футболе
- метание мяча на дальность и меткость и др.

Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации в СДО

Темы рефератов для проведения промежуточной аттестации в СДО, требования и критерии оценивания:

1. Хоккей.
2. Настольный теннис.
3. Бадминтон.
4. Цели, задачи и средства общей физической подготовки.
5. Методика обучения плаванию (способы «кроль» и «брасс»).

6. Лыжная подготовка в системе физического воспитания (основы техники передвижения, способы лыжных ходов, преодоление подъемов и спусков, подбор инвентаря).
7. Легкая атлетика в системе физического воспитания (техника ходьбы, бега, прыжков, метаний).
8. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
9. Баскетбол
10. Волейбол
11. Общая физическая подготовка: цели и задачи
12. Питание спортсменов
13. Правила игры в футбол-зал (мини-футбол), утвержденные ФИФА
14. Развитие силы и мышц
15. Развитие экстремальных видов спорта

Требования к оформлению реферата:

Титульный лист, с указанием ФИО студента

Содержание

Основная часть, развернутая часть (5 страниц)

Литература или интернет-ресурс.

Критерии оценивания написания реферата

Новизна реферированного текста

- актуальность проблемы и темы;
- новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы;
- наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.

Степень раскрытия сущности проблемы:

- соответствие плана теме реферата;
- соответствие содержания теме и плану реферата;
- полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы;
- обоснованность способов и методов работы с материалом;
- умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;
- умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.

Обоснованность выбора источников:

- круг, полнота использования литературных источников по проблеме;

- привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).

Соблюдение требований к оформлению:

- правильное оформление ссылок на используемую литературу;
- грамотность и культура изложения;
- владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы;
- соблюдение требований к объему реферата;
- культура оформления: выделение абзацев.

Грамотность:

- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;
- отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых;
- литературный стиль.

Темы рефератов по ЛФК для проведения промежуточной аттестации, требования и критерии оценивания:

Реферат на тему «Здоровый образ жизни»

Требования к реферату: 5 страниц, шрифт Times new roman, кегль 14, интервал 1,5.

Размещать на проверку по мере готовности реферата.

Реферат включает в себя:

Титульный лист, с указанием ФИО студента

Содержание

Основная, развернутая часть (5 страниц)

Литература или интернет-ресурс.

Критерии оценивания написания реферата

Новизна реферированного текста

- актуальность проблемы и темы;
- новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы;
- наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.

Степень раскрытия сущности проблемы:

- соответствие плана теме реферата;
- соответствие содержания теме и плану реферата;
- полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы;

- обоснованность способов и методов работы с материалом;
- умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;
- умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.

Обоснованность выбора источников:

- круг, полнота использования литературных источников по проблеме;
- привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).

Соблюдение требований к оформлению:

- правильное оформление ссылок на используемую литературу;
- грамотность и культура изложения;
- владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы;
- соблюдение требований к объему реферата;
- культура оформления: выделение абзацев.

Грамотность:

- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;
- отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых;
- литературный стиль.

Темы рефератов по АФК для проведения промежуточной аттестации, требования и критерии оценивания:

Реферат на тему «Здоровый образ жизни»

Требования к [реферату](#): 5 страниц, шрифт Times new roman, кегль 14, интервал 1,5.

Размещать на проверку по мере готовности [реферата](#).

[Реферат](#) включает в себя:

Титульный лист, с указанием ФИО студента

Содержание

Основная, развернутая часть (5 страниц)

Литература или интернет-ресурс.

Критерии оценивания написания реферата

Новизна реферированного текста

- актуальность проблемы и темы;
- новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы;

- наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.

Степень раскрытия сущности проблемы:

- соответствие плана теме реферата;
- соответствие содержания теме и плану реферата;
- полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы;
- обоснованность способов и методов работы с материалом;
- умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;
- умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.

Обоснованность выбора источников:

- круг, полнота использования литературных источников по проблеме;
- привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).

Соблюдение требований к оформлению:

- правильное оформление ссылок на используемую литературу;
- грамотность и культура изложения;
- владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы;
- соблюдение требований к объему реферата;
- культура оформления: выделение абзацев.

Грамотность:

- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;
- отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых;
- литературный стиль.

Требования к оформлению дневника здоровья для проведения промежуточной аттестации в СДО и критерии оценивания:

Предлагается ряд комплексов упражнений для домашнего выполнения. Студенты выполняют их ежедневно дома и ведут дневник здоровья, в котором указывают дату, вид упражнения, количество подходов и количество повторений.

20 числа каждого месяца дневник здоровья размещаете в сервисе Задание, в виде прикрепленного файла.

Критерии оценивания:

1. Правильность выполнения заданий выложенных на портале.

2. Стабильное введение дневника здоровья в течение дистанционного обучения
3. Вовремя выложенное задание на портале СДО в виде таблицы или в виде текстового формата.
4. Правильное оформление дневника здоровья

Автор - Сальник С.Н., и.о. заведующего кафедрой физической культуры и спорта ПСТГУ

Программа одобрена на заседании кафедры физической культуры от «07» декабря 2022 года, протокол № 1.