

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 21.05.2026 00:24:54

Уникальный программный ключ:

891934b8c2cf7b6350cbe51cdda3096e877a1f3

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное

учреждение высшего образования

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

Миасский филиал

Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»

по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)

«Отечественная филология (Русский язык и литература)»

ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 1 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

**Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации
по дисциплине (модулю)**

Физическая культура и спорт

Направление подготовки (специальность)
45.03.01 Филология

Направленность (профиль)
Отечественная филология (русский язык и литература)

Присваиваемая квалификация
бакалавр

Форма обучения
очная

Год набора
2026

Миасс, 2026 г.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 2 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

45.03.01 Филология, направленность (профиль) «Отечественная филология (русский язык и литература)», фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине "Физическая культура и спорт", 2026год набора, очная форма обучения:

Утвержден:

Проректор по учебной работе утверждено

25.02.2026

А.А. Саламатов

Согласован:

Ученым советом Миасского филиала ФГБОУ ВО "ЧелГУ"

Протокол заседания от 24.02.2026 № 8

Председатель Ученого совета

Миасского филиала ФГБОУ ВО "ЧелГУ"

согласовано

Т.В.Малькова

Заседанием кафедры филологии

Протокол заседания от 13.02.2026. № 6

Заведующий кафедрой

согласовано

С.М. Шакиров

Автор (составитель)

Р.А. Мухаметкильдин

Структура фонда оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине соответствует приказу ректора ФГБОУ ВО «ЧелГУ» от 27.09.2022 г. №573-1 «Об утверждении шаблонов документов».



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 3 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств
2. Перечень формируемых компетенций
 - 2.1. Компетенции, закреплённые за дисциплиной
3. Содержание оценочных средств по дисциплине
 - 3.1. Виды оценочных средств
 - 3.2. Содержание оценочных средств
4. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации
 - 4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации
 - 4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств
 - 4.3. Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 4 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

1. Паспорт фонда оценочных средств

Направление подготовки: 45.03.01 «Филология»

Направленность (профиль): Отечественная филология (русский язык и литература)

Дисциплина: К.М.04.01. Физическая культура и спорт

Семестр (семестры) изучения: 1, 2 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачет 1, 2 семестры

2. Перечень формируемых компетенций

2.1. Компетенции, закреплённые за дисциплиной

Изучение дисциплины «Физическая культура и спорт» направлено на формирование следующих компетенций:

Код и наименование компетенции согласно ФГОС	Индикаторы достижения компетенций согласно ОПОП ВО	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Обладает знаниями здоровьесберегающих технологий для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Знать: здоровьесберегающие технологии. Уметь: поддерживать должный уровень физической и функциональной подготовленности. Владеть: средствами обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
	УК-7.2. Демонстрирует умения поддержания должного уровня физической подготовленности и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Знать: уровни физической и функциональной подготовленности. Уметь: определять уровень физической подготовленности. Владеть: приемами поддержания должного уровня функциональной и физической подготовленности.
	УК-7.3. Имеет навыки поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Знать: критерии оценки эффективности социальной и профессиональной деятельности. Уметь: использовать навыки поддержания функциональной и физической подготовленности. Владеть: навыками поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности.

3. Содержание оценочных средств по дисциплине

3.1 Виды оценочных средств



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 5 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Код, наименование компетенции согласно ФГОС	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	Контролируемые темы/разделы (номер и название раздела из РПД п.2.2)	Семестр	Номер задания	Наименование оценочного средства
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	3.1. Знать: 3.1.1. теоретические и методические основы организации самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности различной направленности для достижения 3.1.2. жизненных и профессиональных целей. 3.2. Уметь: 3.2.1. выбирать вид спорта или систему физических упражнений для воздействия на определенные функциональные системы организма человека, коррекции 3.2.2. телосложения, развития физических качеств зависимости от физической подготовленности. 3.3. Владеть: 3.3.1. техникой выполнения контрольных упражнений и результативно выполнять их.	Раздел 1. Легкая атлетика Раздел 2. Спортивные игры Раздел 3. Гимнастика Раздел 4. Иная контактная работа	1, 2	1-6 7-12 13-18	Тест закрытого типа с выбором одного варианта ответа Задания открытого типа с краткими ответами Вопросы закрытого типа на установление соответствия Реферат Собеседование Задание (показ) двигательных умений и навыков. Контрольные нормативы физической подготовленности

3.2 Содержание оценочных средств

Тест закрытого типа с выбором одного варианта ответа

1. Родиной футбола принято считать ...

А) Бразилию; Б) Португалию; В) Англию; Г) США.

2. Сколько игроков с одной команды участвуют в игре футбол:

А) 9; Б) 10; В) 11; Г) 12.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 6 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

3. Из каких фаз состоит бег на короткие дистанции?

- А) стартование, разгон, финиширование; старт,
- Б) стартовый разбег, бег по дистанции, финишный рывок;
- В) набор скорости, финиш;
- Г) стартовый разгон, бег вперёд, финишный толчок.

4. С чего начинается бег на средние и длинные дистанции?

- А) с низкого старта;
- Б) с хода;
- В) с высокого старта;
- Г) с опорой на одну руку.

5. Гимнастика - ЭТО...

- А) воспитательный процесс для совершенствования двигательных способностей человека, его силы, ловкости, быстроты, выносливости
- Б) система методических приемов, применяемых для совершенствования двигательных способностей человека, его силы, ловкости, быстроты, выносливости
- В) система специально подобранных физических упражнений, методических приемов, применяемых для укрепления здоровья, гармонического физического воспитания и совершенствования двигательных способностей человека, его силы, ловкости, быстроты, выносливости и др.

6. Методы — это.....

- А) дозировки для применения гимнастических упражнений и других средств гимнастики с целью специально запланированного воздействия на занимающихся
- Б) структура применения гимнастических упражнений и других средств гимнастики с целью специально запланированного воздействия на занимающихся
- В) способы применения гимнастических упражнений и других средств гимнастики с целью специально запланированного воздействия на занимающихся

Задания открытого типа с краткими ответами

В заданиях с 7 по 12 закончите предложение или вставьте пропущенное слово или сочетание слов или цифр в именительном падеже

7. Размер волейбольной площадки....

8. Командная игра с мячом 7 на 7 игроков, где играют преимущественно руками, называется...

9. В беге на длинные дистанции в лёгкой атлетике основным физическим качеством, определяющим успех, является....

10. Классической в легкой атлетике считается дистанция....

11. Вид спорта, в котором спортсмены выполняют непрерывный и высокоэффективный



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 7 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

комплекс упражнений, включающий сочетания сложнокоординационных ациклических движений, различные по сложности элементы разных структурных групп, а также взаимодействия между партнерами, называется...

12. Краткое условное наименование какого-либо двигательного действия или другого понятия из этой области человеческой деятельности называют...

Вопросы закрытого типа на установление соответствия

13. Соотнесите вид спортивной игры и страну, в которой он зародился (родина спортивной игры). К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца. Ответ запишите в виде соответствующей последовательности цифр слева направо.

Термин	Определение
А. Баскетбол	1. Великобритания
Б. Хоккей	2. США
В. Водное поло	3. Канада

14. Соотнесите термины и определения. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца. Ответ запишите в виде соответствующей последовательности цифр слева направо.

Термин	Определение
А) цель игры в бадминтон	1) забросить как можно больше мячей в ворота соперника за отведённое время матча.
Б) цель игры в гандбол	2) забить мяч в ворота соперника и не пропустить гол в свои ворота
В) цель игры в футбол	3) приземлить волан на стороне соперника, не допустив его падения на своей площадке

15. Соотнесите термин и определение. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца. Ответ запишите в виде соответствующей последовательности цифр слева направо.

Термин	Определение
А) Спринт	1) командные забеги, где участники передают эстафетную палочку, например, 4×100 м и 4×400 м.
Б) Миддл-дистанция	2) короткие дистанции, например, 100 м, 200 м и 400 м.
В) Длинные дистанции	3) дистанции от 3000 м и выше, включая марафон (42,195 км).
Г) Эстафета	4) средние дистанции, например, 800 м и 1500 м.

16. Соотнесите термин и определение. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца. Ответ запишите в виде соответствующей последовательности цифр слева направо.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 8 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Термин	Определение
А) Бег	1)стадионный, по шоссе или кроссы.
Б) Спортивная ходьба	2)вертикальные прыжки (прыжок в высоту, прыжок с шестом), горизонтальные прыжки (прыжок в длину, тройной прыжок), метания (толкание ядра, метание диска, метание копья, метание молота).
В) Технические виды лёгкой атлетики	3)во время движения легкоатлет не имеет права отрывать ногу от поверхности

17. Соотнесите термин и определение. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца. Ответ запишите в виде соответствующей последовательности цифр слева направо.

Термин	Определение
А) Динамические упражнения	1) это движения, которые требуют максимальной отдачи за короткое время, развивают взрывную силу. Цель таких упражнений — улучшить физическую работоспособность в видах спорта, требующих быстрых движений, например, в спринте, тяжёлой атлетике, игровых дисциплинах.
Б) Ускоренные упражнения	2) это упражнения, выполняемые с предельной или околопредельной скоростью. Они используются для развития скоростных способностей: быстроты реакции, скорости выполнения отдельных движений, улучшения частоты движений и других компонентов.
В) Взрывные упражнения	3) это упражнения, при выполнении которых происходит передвижение тела в пространстве за счёт сокращения и расслабления мышц. В отличие от статических упражнений, где основное внимание уделяется удержанию положения, динамика требует постоянного изменения положения тела

18. Соотнесите термин и определение. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца. Ответ запишите в виде соответствующей последовательности цифр слева направо.

Термин	Определение
А)Общеподготовительные упражнения в легкой атлетике	1) комплекс двигательных действий, являющихся предметом спортивной специализации и выполняемых в соответствии с правилами соревнований. К этим упражнениям относятся избранный вид лёгкой атлетики и его варианты.
Б) Специально-подготовительные упражнения в	2). по внешней форме и внутреннему содержанию близки к избранному виду лёгкой атлетики,



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 9 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

легкой атлетике	способствуют направленному воздействию на системы организма и совершенствуют техническое мастерство.
В) Соревновательные упражнения в легкой атлетике	3) по форме движения не имеют сходства с соревновательным упражнением, решают задачу всестороннего функционального развития организма спортсмена.

Темы рефератов

1. Физическая культура и ЗОЖ.
2. Физическая культура и ее влияние на умственную работоспособность.
3. Физическая культура и спорт: сходство и отличия.
4. Влияние физических упражнений на работу сердечно - сосудистой системы.
5. Влияние физических упражнений на опорно-двигательный аппарат.
6. Влияние физических упражнений на развитие дыхательной системы человека.
7. Профилактика заболеваний позвоночника средствами физической культуры.
8. Строение и функции сердечно – сосудистой системы.
9. Средства и методы развития выносливости.
10. Средства и методы развития скоростно- силовых качеств.
11. Средства и методы развития гибкости.
12. Методика самостоятельных занятий по физической культуре .
13. Подготовка к сдаче норм ГТО.
14. ОФП и ее значение .
15. Физическая культура, как средство профилактики плоскостопия.
16. Физическая культура и спорт в борьбе с лишним весом.
17. Коррекция осанки средствами физической культуры.
18. Средства и методы развития силовых качеств.
19. Нетрадиционные виды физической активности.
20. Спортивные игры и их значение в физической подготовке.
21. Оздоровительные виды физической активности.
22. Физическая культура и ее значение для укрепления иммунитета.
23. Влияние физических упражнений на обмен веществ.
24. Физическая культура и развитие творческих способностей.
25. Физическая культура и долголетие.
26. Утомление, фазы утомления, первая помощь.
27. Способы восстановления умственной и физической работоспособности.
28. Физическая культура в режиме дня студента.
29. Профилактика умственного переутомления средствами физической культуры.
30. Профилактика стресса средствами физической культуры.

Вопросы для собеседования

1. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 10 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

2. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физическими упражнениями.
3. Индивидуальные (возрастные, половые, состояние здоровья, физические возможности организма, мотивация и др.) особенности построения самостоятельных занятий физическими упражнениями.
4. Инновационные виды занятий физическими упражнениями (аэробика, шейпинг, йога, фитбол-аэробика, пилатес и т.п.).
5. Классификация видов спортивных игр.
6. Классификация гимнастики.
7. Классификация единоборств.
8. Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применение других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).
9. Техника бега на короткие дистанции.
10. Методика развития быстроты движений и скоростно-силовых качеств.
11. Методика развития выносливости.
12. Методика развития гибкости.
13. Общая характеристика и классификация легкоатлетических видов спорта.
14. Общая характеристика, причины возникновения и профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы.
15. Общая характеристика, причины возникновения и профилактика заболеваний дыхательной системы.

Задание (показ) двигательных умений и навыков

1. Показать технику бега на короткие дистанции.
2. Показать технику бега в эстафете.
3. Показать технику прыжка в длину.
4. Показать технику верхней и нижней подачи в н/теннисе.
5. Показать технику гимнастических упражнений

4. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации

4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации

Условием допуска к зачету являются положительные результаты тестов, подготовленный реферат, показ двигательных умений и навыков.

Зачет проводится в форме сдачи контрольных нормативов физической подготовленности.

Дополнительные материалы и оборудование

При выполнении заданий промежуточной аттестации экзаменуемый имеет право пользоваться:



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 11 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

- рабочими тетрадями
- конспектами научных и методических статей

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств

Ключи и критерии к оцениванию заданий

№ задания	Верный ответ	Критерии
1	В) Англию	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
2	В) 11	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
3	Б) стартовый разбег, бег по дистанции, финишный рывок;	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
4	В) с высокого старта;	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
5	В) система специально подобранных физических упражнений, методических приемов, применяемых для укрепления здоровья, гармонического физического воспитания и совершенствования двигательных способностей человека, его силы, ловкости, быстроты, выносливости и др.	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
6	В) способы применения гимнастических упражнений и других средств гимнастики с целью специально запланированного воздействия на занимающихся	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
7	18х9 ИЛИ 18 на 9 ИЛИ восемнадцать на девять ИЛИ ВОСЕМНАДЦАТЬ НА ДЕВЯТЬ	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
8	Гандбол ИЛИ Гандбол ИЛИ ГАНДБОЛ	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
9	ВЫНОСЛИВОСТЬ ИЛИ Выносливость ИЛИ выносливость	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
10	500 м ИЛИ 500 метров ИЛИ пятьсот метров ИЛИ Пятьсот метров ИЛИ ПЯТЬСОТ МЕТРОВ	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
11	Спортивная аэробика ИЛИ спортивная аэробика ИЛИ СПОРТИВНАЯ АЭРОБИКА	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
12	Термин ИЛИ термин ИЛИ ТЕРМИН	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
13	A Б В 2 3 1	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
14	A Б В 3 1 2	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
15	A Б В 2 4 3	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
16	A Б В 1 3 2	Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
17	A Б В	Верный ответ – 1 балл;



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 12 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

№ задания	Верный ответ			Критерии
	3	2	1	
18	A	Б	В	Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов; Верный ответ – 1 балл; Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов
	3	2	1	

Критерии оценивания теста

Оценка	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
Набранная сумма баллов (% выполненных заданий) (мах – 100)	Менее 60	60-75	76-95	96-100
Оценка	Не зачтено	Зачтено		
Набранная сумма баллов (% выполненных заданий) (мах – 100)	Менее 60	60-100		

Контрольные нормативы физической подготовленности

Женщины

Тесты	5	4	3	2	1
Бег 1000 м (мин, сек)	≤5,00	5,01–5,20	5,21–5,40	5,41–6,0	6,01–6,20
Челночный Бег 3*10м (сек)	до 8,4	8,5–8,8	8,9–9,1	9,2–9,5	9,6–9,9
Прыжки в длину с места (см)	190	189–180	179–168	167–160	159–150
Поднимание туловища из положения лежа (кол-во раз)	55-44	43–31	30–21	20–11	10–5
Отжимание от гимнастической скамейки (кол-во раз)	25	24–20	19–15	14–10	5–1

Мужчины

Тесты	5	4	3	2	1
Бег 1000 м (мин, сек)	≤3,40	3,41–4,0	4,01–4,20	4,21–4,40	4,41–5,00
Челночный Бег 3*10м (сек)	до 7,9	8,0–8,2	8,3–8,4	8,5–8,7	8,8–9,2
Прыжки в длину с места (см)	240	239–230	229–220	219–210	209–200
Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	14-15	13–10	9–7	6–4	3
В висе поднимание ног до касания перекладины (кол-во раз)	10	9-6	5-3	2	1



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 13 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Критерием успешности освоения учебного материала является экспертная оценка преподавателя, учитывающая: владение техническими навыками показа заданного движения, уровень физической подготовленности, уровень владения теоретическими и методическими знаниями в области физической культуры, глубину погруженности в физкультурно-образовательную среду.

Экспертная оценка преподавателя может основываться на регулярности посещения обязательных учебных занятий, успешности выполнения установленных на данный семестр объемов рабочей программы, успешности сдачи тестов общей физической подготовки физкультурно-оздоровительной направленности.

Перечень требований и тестов по каждому разделу, система их оценки в баллах разрабатываются кафедрой физического воспитания и спорта и охватывают общую физическую подготовленность и владение техническими навыками показа заданного движения, уровень владения теоретическими и методическими знаниями в области физической культуры, глубину погруженности в физкультурно-образовательную среду в структуре 100–балльной системы.

В семестре при оценке базового уровня физических качеств студенты выполняют не более 5 тестов, включая три обязательных теста контроля общей физической подготовленности. Суммарная оценка выполнения тестов общей физической подготовленности определяется по среднему количеству баллов, набранных во время всех тестов, при условии выполнения каждого из них не ниже, чем на один балл.

Во время зачета преподавателем проверяется выполнение студентами всех разделов программы и оцениваются: владение техническими навыками показа заданного движения, уровень физической подготовленности, уровень владения теоретическими и методическими знаниями в области физической культуры, глубина погруженности в физкультурно-образовательную среду.

Критерии оценки

Реферат

Реферат: тема выбирается совместно с преподавателем, возможно предложение интересующей студента темы. Стандартный объем реферата – не менее 15-20 страниц. Основное требование, чтобы текст реферата соответствовал названию темы. Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Реферат должен иметь список используемой литературы, не менее 3-5 источников, помимо электронного ресурса. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата по методическим рекомендациям.

1. Новизна реферируемого текста "Отлично" - тема актуальна, новизна в постановке проблемы, реферат подготовлен самостоятельно, видна авторская позиция

"Хорошо" - тема актуальна, реферат подготовлен самостоятельно, видна авторская позиция

"Удовлетворительно" - реферат подготовлен самостоятельно



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 14 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

"Неудовлетворительно" - реферат выполнен не самостоятельно

2. Степень раскрытия сущности проблемы

"Отлично" - план соответствует теме реферата, содержание соответствует плану и теме реферата, видно умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал, сопоставлены различные точки зрения по теме реферата, сделаны выводы

"Хорошо" - план соответствует теме реферата, содержание соответствует плану и теме реферата, видно умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал, сделаны выводы

"Удовлетворительно" - план не соответствует теме реферата, содержание не соответствует плану и теме реферата, сделаны не все выводы

"Неудовлетворительно" - план не соответствует теме реферата, содержание не соответствует плану и теме реферата, не видно умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал, не сделаны выводы

3. Обоснованность выбора источников

"Отлично" Привлечены новейшие работы по проблеме, видна полнота использования источников по проблеме

"Хорошо" Привлечены не все работы по проблеме, проблема в целом раскрыта

"Удовлетворительно" Перечень источников не оригинален, решение проблемы поверхностное

"Неудовлетворительно" Источники выбраны произвольно, проблема не решена

4. Соблюдение требований к оформлению

"Отлично" - правильное оформление библиографических ссылок, соблюдены требования к объему и оформлению, нет замечаний к оформлению абзацев, шрифту

"Хорошо" - правильное оформление библиографических ссылок, соблюдены требования к объему и оформлению, есть замечания к оформлению абзацев, шрифту

"Удовлетворительно" - неправильное оформление библиографических ссылок, не соблюдены требования к объему и оформлению, нет замечаний к оформлению абзацев, шрифту

"Неудовлетворительно" - неправильное оформление библиографических ссылок, не соблюдены требования к объему и оформлению, есть замечания к оформлению абзацев, шрифту

5. Логичность и грамотность изложения материала

"Отлично" - отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, отсутствие опечаток, научный стиль работы

"Хорошо" - отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, есть опечатки, научный стиль работы

"Удовлетворительно" - есть орфографические и синтаксические ошибки, есть



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 15 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

опечатки, есть элементы разговорного стиля

"Неудовлетворительно" - есть орфографические и синтаксические ошибки, есть
опечатки, стиль работы не научный

Отметка «хорошо» – если по четырём критериям – не ниже «хорошо» и по одному
«удовлетворительно».

Отметка «удовлетворительно» – если по четырём критериям не ниже
«удовлетворительно» и по одному – «неудовлетворительно».

Отметка «неудовлетворительно» – если по двум и более критериям
«неудовлетворительно».

Собеседование

Оценка «5» (отлично) ставится, если: студент полно усвоил учебный материал;
проявляет навыки анализа, обобщения, критического осмысления, публичной речи,
аргументации, ведения дискуссии и полемики, критического восприятия информации;
материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, точно
используется терминология; показано умение иллюстрировать теоретические
положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации; высказывать
свою точку зрения; продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих
вопросов, сформированность и устойчивость компетенций, умений и навыков. Могут
быть допущены одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов.

Оценка «4» (хорошо) ставится, если: ответ удовлетворяет в основном требованиям на
оценку «5», но при этом имеет один из недостатков: в усвоении учебного материала
допущены небольшие пробелы, не искавшие содержание ответа; допущены один –
два недочета в формировании навыков публичной речи, аргументации, ведения
дискуссии и полемики, критического восприятия информации.

Оценка «3» (удовлетворительно) ставится, если: неполно или непоследовательно
раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и
продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала;
имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании
терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов; при неполном
знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность
компетенций, умений и навыков, учащийся не может применить теорию в новой
ситуации.

Оценка «2» (неудовлетворительно) ставится, если: не раскрыто основное содержание
учебного материала; обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее
важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, при
использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих
вопросов; не сформированы компетенции, умения и навыки публичной речи,
аргументации, ведения дискуссии и полемики, критического восприятия информации.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 16 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Задание (показ) двигательных умений и навыков

Критерии оценивания показа двигательных умений и навыков

Показ техники заданного движения оценивается по 30-балльной шкале. Описание шкалы оценивания двигательных умений и навыков

30 баллов – двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

20 баллов – двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

10 баллов – двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

5 баллов – двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

4.3 Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций

Уровни сформированности компетенций определяется следующим образом:

1. Высокий уровень сформированности компетенций соответствует оценке «отлично» («зачтено») и предполагает формирование компетенций на высоком уровне, готовность к самостоятельной профессиональной деятельности:

-обучающийся владеет содержанием учебного материала;

-обучающийся умеет связывать теорию с практикой, теоретические выводы подтверждает фактами, данными научных исследований; осуществляет межпредметные связи, предложения;

-обучающийся делает выводы логично, четко

-обучающийся ясно и кратко излагает ответы на поставленные вопросы; умеет обосновывать свои суждения и профессионально-личностную позицию по излагаемому вопросу.

-ответ носит самостоятельный характер;

-практическое задание выполнено по плану, анализ проведен глубоко, фактических ошибок нет/незначительное количество

2. Средний уровень соответствует оценке «хорошо» («зачтено») и предполагает формирование компетенций на более высоком уровне:

-ответ обучающегося соответствует указанным выше критериям, но содержание ответа имеет отдельные неточности (несущественные ошибки) в изложении теоретического и фактического материала, отличается меньшей обстоятельностью, глубиной, обоснованностью и полнотой;

-допущенные ошибки исправляются обучающимся после дополнительных вопросов экзаменатора;

-практическое задание выполнено верно, но встречаются отдельные



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Миасский филиал
Кафедра филологии

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»
по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология, направленности (профилю)
«Отечественная филология (Русский язык и литература)»
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 17 из 17

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

неточности.

3. Базовый уровень соответствует оценке «удовлетворительно» («зачтено») и предполагает формирование компетенций на начальном уровне:

- обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности и существенные ошибки в определении понятий, формулировке положений, не привлекает для аргументации ответа основные положения исследовательских работ, текстов, не умеет обосновать свои суждения; наблюдается нарушение логики изложения;

- ответ отличается низким уровнем самостоятельности, не содержит собственной профессионально-личностной позиции;

- практическое задание выполнено не в полном объеме и/или встречается много фактических ошибок.

4. Низкий уровень соответствует оценке «неудовлетворительно» («не зачтено»).

- обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания: не умеет выделять главное и второстепенное;

- допускает ошибки в определении понятий, формулировке теоретических положений, искажает их смысл; не ориентируется в научной литературе, фактическом материале;

- беспорядочно и неуверенно излагает материал;

- не умеет соединять теоретические положения с текстами;

- не умеет применять знания для обоснования и объяснения фактов, не устанавливает межпредметные связи.