Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 18.08.2026 10:23:01
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bff679172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Кафедра физического воспитания

«УТВЕРЖДЁН»
На заседании кафедры физического воспитания
Протокол №7 от «24» февраля 2026 г.
Заведующий кафедрой физического воспитания
_____
/Разова Е.В./

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине

Лёгкая атлетика

Направление подготовки

38.03.01 Экономика

Профиль:
Экономика и финансы

Москва
2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы……3
2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания…….3
3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы……8
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования Компетенций……14

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	1. Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа.

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
УК-7	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	**Знать:** Социально-биологические основы физической культуры. - Ценности физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности. - Средства физической культуры в регулировании работоспособности, обеспечении здоровья и физического совершенствования. **Уметь:** - Составлять комплексы физических упражнений различной направленности, исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, этапов профессионального роста, индивидуально-личностных особенностей. - Составлять индивидуальные программы физического самосовершенствования исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, этапов профессионального роста, индивидуально-личностных особенностей.	реферат, устный опрос, презентация, освоение профессионально-педагогической подготовки, тест, открытые вопросы и ситуационные задачи	Шкала оценивания реферата Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания презентации Шкала оценивания освоения профессионально-педагогической подготовки Шкала оценивания тестов, открытых вопросов и ситуационных задач

УК-7			- Составлять индивидуальные коррекционно-развивающие программы физического самосовершенствования, исходя из особенностей индивидуально-личностных развития и траектории профессионального роста.		
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	**Знать:** Социально-биологические основы физической культуры. - Ценности физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности. - Средства физической культуры в регулировании работоспособности, обеспечении здоровья и физического совершенствования. **Уметь:** - Составлять комплексы физических упражнений различной направленности, исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, этапов профессионального роста, индивидуально-личностных особенностей. - Составлять индивидуальные программы физического самосовершенствования исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, этапов профессионального роста, индивидуально-личностных особенностей. - Составлять индивидуальные коррекционно-развивающие программы физического самосовершенствования, исходя из особенностей	реферат, устный опрос, презентация, освоение профессионально-педагогической подготовки, тест, открытые вопросы и ситуационные задачи	Шкала оценивания реферата Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания презентации Шкала оценивания освоения профессионально-педагогической подготовки Шкала оценивания тестов, открытых вопросов и ситуационных задач

УК-7			индивидуально-личностных развития и траектории профессионального роста. **Владеть:** - Способами выявления и оценки индивидуально-личностных, профессионально- значимых качеств; - Способами выявления и оценки индивидуально-личностных, профессионально-значимых качеств и путями достижения более высокого уровня их развития, ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности; - Способами выявления и оценки индивидуально-личностных, профессионально- значимых качеств и средствами совершенствования психофизической подготовленности.		

Шкала оценивания реферата

№ п/п	Оцениваемые параметры	Оценка в баллах
1.	*Качество реферата:* - производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом;	3
	- тема недостаточно раскрыта;	2
	- тема не раскрыта;	0
2.	*Использование демонстрационного материала:* - автор использовал рисунки и таблицы;	3
	- использовался в докладе, хорошо оформлен, но есть неточности;	2
	- представленный демонстрационный материал не использовался и/или был оформлен плохо, неграмотно.	1
3.	*Владение научным и специальным аппаратом:* - использованы общенаучные и специальные термины;	2
	- показано владение базовым аппаратом.	1

4.	*Четкость выводов:* - полностью характеризуют работу;	2
	- выводы нечетки	1
	- имеются, но не доказаны.	0
Итого максимальное количество баллов: 10		

Шкала оценивания устного опроса

В семестр предусмотрено 8 опросов – 40 баллов.

Баллы	Критерии оценивания
5	- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий; - обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно.
4	дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки в «5 баллов», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.
3	обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: - излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; - не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно.
1	обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «1 балл» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Шкала оценивания презентации

№ п/п	Оцениваемые параметры	Оценка в баллах
1.	*Качество презентации:* - производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом;	2
2.	*Содержание:* достоверная информация по теме выступления; все заключения подтверждены достоверными источниками; язык изложения материала понятен аудитории; актуальность, точность и полезность содержания.	4
3.	*Оформление:* Шрифт (читаемость); Корректно ли выбран цвет (фона, шрифта, заголовков); Грамматика; Наличие ошибок правописания и опечаток;	2

	- Наличие списка литературных источников и их оформление в соответствии со стандартом.	
4.	*Заключение:* яркое высказывание - переход к заключению; повторение основных целей и задач выступления; выводы; короткое и запоминающееся высказывание в конце.	2
Итого максимальное количество баллов: 10		

Шкала оценивания освоения профессионально-педагогической подготовки

Баллы	Критерии оценивания
16-20	В полном объѐме владеет методологической базой; Уверенно и полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий; Правильно объясняет и показывает упражнения; Умеет составлять и проводить комплексы утренней гигиенической гимнастики и физкультурных минуток; Подбирает и применяет комплексы физических упражнений для самостоятельных занятий; Подает команды для организации и проведения старта в беге на различные дистанции; Проводит подвижные игры в различных частях учебно-тренировочного занятия; Организует личный рациональный режим с использованием самостоятельных форм физкультурных занятий; Составляет конспект и проводит занятия в отделении спортивной специализации; Анализирует проведение отдельных упражнений.
11-15	Владеет знаниями, удовлетворяющими тем же требованиям, что и для оценки в «20 баллов», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.
6-10	обнаруживает знание и понимание основных положений изучаемого материала, но: - излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; слабая методологическая база; - не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; разрозненно излагает изученный материал.
0-5	обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «5 баллов» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Шкала оценивания тестов, открытых вопросов и ситуационных задач

Баллы	**Критерии**
5	Полностью отвечает на вопрос, представлено глубокое понимание темы

4	Ответ корректен, но может быть не совсем полным или требует уточнений
3	Ответ частично соответствует требованиям, есть недоработки
2	Ответ недостаточно полный, с ошибками или неточностями
1	Не отвечает на вопрос или полностью некорректный ответ

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

Темы устного опроса:

1. Один цикл в спортивной ходьбе.
2. Реакция опоры и скорость движения.
3. Изменение скорости бега в одном цикле.
4. Внешнее и внутреннее проявление амортизации.
5. Шаг в беге на короткие и длинные дистанции.
6. Влияние реакции опоры на скорость бега.
7. Факторы, влияющие на дальность полёта прыгуна.
8. Факторы, влияющие на начальную скорость вылета прыгуна.
9. Характеристика маховых движений и инерционные силы во время маха.
10. Приземление в прыжках – задачи и техника выполнения.
11. Характеристика движений в полёте в легкоатлетических прыжках.
12. Факторы, влияющие на дальность полёта снаряда.
13. Способы метаний легкоатлетических снарядов.
14. Анализ техники бега на короткие дистанции.
15. Анализ техники эстафетного бега.
16. Анализ техники барьерного бега.
17. Анализ техники низкого старта.
18. Анализ техники прыжка в высоту способом "Перешагивание".
19. Анализ техники прыжка в высоту способом "Фосбери-флоп".
20. Анализ техники прыжка в длину способом "Согнув ноги".
21. Анализ техники прыжка в длину способом "Ножницы".
22. Анализ техники прыжка в длину способом "Прогнувшись".
23. Анализ техники метания малого мяча.
24. Анализ техники метания диска.
25. Анализ техники метания копья.
26. Анализ техники толкания ядра.
27. Анализ техники спортивной ходьбы.
28. Анализ техники тройного прыжка.
29. Методика обучения бегу на короткие дистанции.
30. Методика обучения эстафетному бегу.
31. Методика обучения барьерному бегу.
32. Методика обучения спортивной ходьбе.
33. Методика обучения технике бега.
34. Методика обучения технике прыжка в длину способом "Согнув ноги"
35. Методика обучения технике прыжка в длину способом "Ножницы".
36. Методика обучения технике прыжка в длину способом "Прогнувшись".
37. Методика обучения технике прыжка в высоту способом "Перешагивание"
38. Методика обучения технике прыжка в высоту способом "Фосбери-флоп".
39. Методика обучения технике метания мяча.
40. Методика обучения технике метания копья.
41. Методика обучения технике метания диска.
42. Методика обучения технике толкания ядра.
43. Положение о соревнованиях по лёгкой атлетике.
44. Заявка на участие в соревнованиях и карточка участника.

45. Права и обязанности представителя команды.
46. Обязанности и права участников соревнований.
47. Место и оборудование соревнований по бегу (старт, финиш).
48. Место и оборудование соревнований по барьерному бегу.
49. Место и оборудование соревнований по прыжкам в длину и тройным.
50. Место и оборудование соревнований по прыжкам в высоту.
51. Место и оборудование соревнований по метанию копья (мяча, гранаты).
52. Место и оборудование соревнований по толканию ядра.
53. Место и оборудование соревнований по метанию диска.
54. Принципы составления расписания двух-, трёхдневных соревнований по лёгкой атлетике.
55. Порядок проведения соревнований в несколько кругов.
56. Состав судей по бегу.
57. Стартёры и их помощники.
58. Бригады судей на финише.
59. Судейская бригада по метаниям.
60. Судейская бригада по прыжкам.
61. Бригада судей на дистанции.
62. Правила проведения соревнований по бегу (старт).
63. Правила проведения соревнований по бегу (бег по дистанции, финиш).
64. Правила проведения соревнований в барьерном беге.
65. Правила проведения соревнований в эстафетном беге.
66. Правила проведения соревнований по прыжкам в длину и тройным.
67. Требования к месту соревнований по прыжкам в длину и тройным.
68. Правила проведения соревнований по метаниям.
69. Состав и порядок проведения многоборий.
70. Очерёдность попыток в метаниях и прыжках, правила измерения результата в этих видах.
71. Определение победителя в беге.
72. Определение победителя в легкоатлетических прыжках.
73. Определение победителя в легкоатлетических метаниях.
74. Бригада хронометристов. Правила измерения, округления и записи в протокол результата в беге.
75. Разметка беговой дорожки.

Темы рефератов:

1. Особенности проведения подготовительной части занятия по лёгкой атлетике.
2. История развития лёгкой атлетики в России.
3. История развития лёгкой атлетики в СССР (один из этапов).
4. История развития лёгкой атлетики в Российской Федерации (один из этапов).
5. Правила проведения соревнований в беговых видах лёгкой атлетики.
6. Правила проведения соревнований в легкоатлетических прыжках.
7. Правила проведения соревнований в легкоатлетических метаниях.
8. Техника и методика обучения в одном из видов лёгкой атлетики.
9. Классификация легкоатлетических упражнений.
10. Динамика мировых рекордов в видах легкой атлетики (по выбору преподавателя).
11. Динамика рекордов СССР и России в видах легкой атлетики (по выбору преподавателя).
12. Средства и методы совершенствования скоростных качеств легкоатлета.
13. Средства и методы совершенствования скоростно-силовых качеств легкоатлетов.
14. Средства и методы совершенствования скоростной и специальной выносливости легкоатлета.
15. Средства и методы совершенствования выносливости легкоатлета.

Перечень тем презентаций:

- Развитие основных физических качеств человека (быстрота, сила, ловкость, выносливость, гибкость) средствами легкой атлетики;
- Основы биомеханики легкоатлетических упражнений. Влияние легкой атлетики на

развитие двигательных качеств;

- Организация и проведение соревнований по легкой атлетике;
- Основные принципы методики судейства в легкой атлетике;
- Формирование контрольно-оценочных действий студентов при выполнении легкоатлетических упражнений;
- Развитие координационных способностей средствами легкой атлетики;
- Применение современных технологий на занятиях легкой атлетикой и внеурочной деятельности;

Требования по профессионально-педагогической подготовке:

- Составить комплексы легкоатлетических упражнений для проведения занятий по физической культуре в ВУЗе и опробовать на учебно-тренировочных занятиях.
- Проведение занятий с использованием наглядного, словесного и моторно-двигательного методов.
- Составить и провести на учебно-тренировочных занятиях специализированные комплексы легкоатлетических упражнений развития физических качеств и технической подготовки студентов.
- Проведение занятий с использованием повторного, переменного, интервального методов.
- Участие в соревнованиях по легкой атлетике (пробеги, эстафеты, кроссы) различного ранга.
- Участие в организации и проведении соревнований различного ранга по бегу, прыжкам, метаниям и многоборьям.

Зачет:

Выполнение контрольных нормативов (предусмотрено для обучающихся, не имеющих ограничения физических нагрузок):

Легкая атлетика (юноши/девушки)

Юноши

Бег на 100 метров (с)
12 – минутный беговой тест Купера (км, м)
Силовой переворот на перекладине (кол-во раз)
Прыжок в длину с места (см)
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)
Подтягивание на перекладине (кол-во раз)
Бег на дистанцию 3000м

Девушки

Бег на 100 метров (с)
12 – минутный беговой тест Купера (км, м)
Поднимание, опускание туловища из положения, лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз/мин.)
Прыжок в длину с места (см)
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)
Бег на дистанцию 2000м
Приседания на двух ногах (кол-во раз/мин.)

Вопросы для зачета

(предусмотрено для обучающихся, имеющих нарушения состояния здоровья постоянного (хронические заболевания (состояния), врожденные пороки развития, деформации без прогрессирования, в стадии компенсации) или временного характера, с нарушениями физического развития, требующими ограничения физических нагрузок):

1. Анализ техники бега на короткие, средние и длинные дистанции.

2. Анализ техники эстафетного бега.
3. Анализ техники метания мяча.
4. Анализ техники прыжков в длину (способы: «согнув ноги», «ножницы», «прогнувшись»)
5. Анализ техники прыжков в высоту способом «перешагивание»
6. Методика обучения технике изученных видов.
7. Методика проведения подготовительной части урока легкой атлетики в школе и вузе.
8. Правила проведения соревнований по изученным видам лёгкой атлетики.
9. Амортизация в отталкивании в прыжках.
10. Характеристика маховых движений и инерционные силы во время маха.
11. Угловые характеристики прыжков.
12. Приземление в прыжках – задачи и техника выполнения.
13. Характеристика движений в полёте в легкоатлетических прыжках.
14. Факторы, влияющие на дальность полёта снаряда.
15. Угловые характеристики метаний, оптимальные углы вылета, угол местности.
16. Способы метаний легкоатлетических снарядов.
17. Правила проведения соревнований по бегу (старт).
18. Правила проведения соревнований по бегу (бег по дистанции, финиш).
19. Правила проведения соревнований в барьерном беге.
20. Правила проведения соревнований в эстафетном беге.
21. Правила проведения соревнований по прыжкам в длину и тройным.

Примерные тестовые задания по дисциплине «Легкая атлетика»

Вопросы с выбором правильного варианта ответа:

1. Какая дистанция в легкой атлетике традиционно называется спринтерской?
А) 800 метров
Б) 1500 метров
В) 100 метров
Г) Марафонский бег
Правильный ответ: 1 — В

2. Что из перечисленного НЕ является снарядом для метания в олимпийской программе легкой атлетики?
А) Диск
Б) Граната
В) Копье
Г) Молот
Правильный ответ: 2 — Б

3. Из скольких этапов состоит классическая олимпийская дистанция в беге с барьерами у мужчин?
А) 8 барьеров
Б) 9 барьеров
В) 10 барьеров
Г) 12 барьеров
Правильный ответ: 3 — В

4. В чем заключается главная техническая особенность спортивной ходьбы, отличающая ее от бега?
А) Постоянный контакт одной из ног с землей (отсутствие фазы полета)
Б) Обязательное касание дорожки рукой при каждом шаге
В) Запрет на сгибание коленей

Г) Максимально широкая постановка стоп
Правильный ответ: 4 — А

5. Какой вид прыжков входит в программу женского легкоатлетического семиборья?
А) Прыжок с шестом
Б) Прыжок в длину
В) Тройной прыжок
Г) Прыжок через коня
Правильный ответ: 5 — Б

Открытые вопросы:
1. Как называется специальная обувь с шипами, которую используют легкоатлеты для бега? *(Правильный ответ: Шиповки)*
2. Назовите снаряд в форме шара, который в легкой атлетике не метают, а толкают от плеча одной рукой. *(Правильный ответ: Ядро / толкание ядра)*
3. Как официально называется дуатлон из трех легкоатлетических дисциплин (бег — прыжки — метания)? *(Правильный ответ: Легкоатлетическое троеборье)*

Вопросы на установление последовательности:
1. Укажите правильную последовательность действий спортсмена при низком старте в спринте:
А) Выстрел стартового пистолета
Б) Вывод общего центра тяжести вперед, упор коленом сзади стоящей ноги в дорожку и руки на линию старта
В) По команде «Внимание!» таз приподнимается немного выше уровня плеч, взгляд направлен вниз-вперед
Г) Команда «На старт!», подход к стартовым колодкам
Правильная последовательность: Г — Б — В — А

2. Расположите в правильной хронологической последовательности фазы прыжка в длину с разбега:
А) Приземление (на обе ноги)
Б) Отталкивание (выполняется дальней от ямы ногой)
В) Полет (с сохранением равновесия)
Г) Разбег (набор максимальной контролируемой скорости)
Правильная последовательность: Г — Б — В — А

3. Установите правильную последовательность фаз метания копья после завершения разбега:
А) Переход через дугу (скрестный шаг)
Б) Финальное усилие («хлест» корпусом и рукой)
В) Замах отведенной назад рукой с копьем и скручивание корпуса
Г) Торможение после выпуска снаряда и сохранение равновесия
Правильная последовательность: В — А — Б — Г

Вопросы на установление соответствия:
1. Установите соответствие между легкоатлетической дисциплиной и ее характеристикой:

Дисциплина	**Характеристика**
1. Стипль-чез	А. Бег на дистанцию 42 км 195 метров
2. Марафон	Б. Бег на 3000 метров с препятствиями и ямой с

Дисциплина	Характеристика
	водой
3. Эстафета	В. Прыжок через планку после разбега
4. Прыжок в высоту	Г. Командный бег с эстафетной палочкой

Правильный ответ: 1 — Б, 2 — А, 3 — Г, 4 — В

2. Соотнесите инвентарь или оборудование с видом легкой атлетики, в котором он применяется:

Инвентарь / Оборудование	Вид легкой атлетики
1. Стартовые колодки	А. Толкание ядра
2. Круг из цемента диаметром 2,135 м	Б. Прыжки с шестом
3. Яма с песком	В. Спринтерский бег
4. Планка для отталкивания	Г. Прыжок в длину

Правильный ответ: 1 — В, 2 — А, 3 — Г, 4 — Б

3. Установите соответствие между названием барьера и его высотой согласно олимпийским стандартам:

Название дисциплины	Высота барьеров
1. Бег на 110 м с барьерами (мужчины)	А. 76,2 см
2. Бег на 400 м с барьерами (женщины)	Б. 84,0 см
3. Бег на 100 м с барьерами (женщины)	В. 91,4 см
4. Бег на 3000 м с препятствиями (стипль-чез) (мужчины)	Г. 106,7 см

Правильный ответ: 1 — Г, 2 — А, 3 — Б, 4 — В

Ситуационные задачи:

Задача 1. На соревнованиях по прыжкам в длину спортсмен выполнил блестящую попытку. Однако во время приземления, пытаясь не выйти за пределы деревянного бруска и сохранить дальность, он оперся на руку (или колено) позади следа от стоп. Судья зафиксировал нулевую оценку за эту попытку.

Вопрос: Прав ли судья? Какое правило легкой атлетики было нарушено?

Правильный ответ: Да, судья прав. Согласно правилам World Athletics, попытка не засчитывается, если после касания песка в яме спортсмен коснулся земли за пределами ямы ближе к линии отталкивания любой частью тела (рукой, коленом). Опираясь на руку сзади следа, прыгун сократил результативную дистанцию своего прыжка.

Задача 2. Во время финального забега на 800 метров один из бегунов случайно наступает на внутреннюю линию своей дорожки сразу после старта на протяжении первых пяти шагов. Он не мешает соперникам и продолжает дистанцию.

Вопрос: Будет ли этот участник дисквалифицирован? Обоснуйте ответ правилами бега на средние дистанции.

Правильный ответ: Нет, дисквалификации не будет. В беге на дистанции от 400 до 1000 метров включительно спортсмены обязаны бежать по своим дорожкам только до момента достижения ими края зоны разрыва («break line»). После пересечения этой разметки им разрешается перейти на общую дорожку. Наступание на линию в первые пять секунд при таком регламенте обычно считается технической погрешностью без умысла срезать дистанцию, если это произошло до зоны разрыва.

Задача 3. В секторе для метания копья спортсмен взял снаряд, отошел назад для разбега, но перед самой дуги отведения остановился, положил копье на землю, поправил обувь и снова начал разбег с того же места.
Вопрос: Является ли это действие нарушением правил соревнований?
Правильный ответ: Нарушения нет. Правилами метаний разрешено прервать попытку до момента постановки ноги на дугу или грунт за ней и начала финального движения. Спортсмен имеет право отложить выполнение броска, положить снаряд и начать разбег заново неограниченное количество раз в рамках отведенного времени (обычно 1 минута на попытку).

Задача 4. Спортсмен участвует в семиборье. Во время выполнения попыток в прыжках в высоту он трижды подряд сбивает планку на высоте 1,95 м. Высота остается непройденной.
Вопрос: Что должен сделать тренер спортсмена прямо сейчас согласно регламенту многоборья: заявить протест, попросить пропустить высоту или завершить выступление атлета?
Правильный ответ: Тренер ничего не может изменить — соревнования продолжаются автоматически. По правилам многоборий, высоты заявляются заранее (до начала вида), и их порядок нельзя менять по ходу соревнований. Три неудачные попытки подряд на одной высоте означают «нулевую оценку» (0 очков) за данный вид дисциплины. Атлет обязан переходить к следующему виду программы (в данном случае — к метанию копья), а его сумма баллов просто останется прежней. Пропускать уже начатую высоту нельзя.

Задача 5. Бегун на марафонской дистанции (42 км 195 м) начинает испытывать признаки сильного обезвоживания и теплового удара на 35-м километре. Он принимает решение сойти с дистанции и садится на обочину дороги.
Вопрос: Какие действия должны предпринять судьи и медицинский персонал, и каков будет официальный статус этого участника в финишном протоколе?
Правильный ответ: Медицинский персонал обязан немедленно оказать первую помощь, остановить дальнейшее движение спортсмена во избежание угрозы жизни и вызвать дежурную машину скорой помощи. В итоговом протоколе напротив фамилии данного участника будет стоять отметка DNF (*Did Not Finish* — не финишировал). Его результат не фиксируется, место в рейтинге не присуждается, так как контрольная точка отсечки времени была пройдена вне соревновательного режима.

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

Основными формами текущего контроля являются реферат, устный опрос, презентация, освоение профессионально-педагогической подготовки.

Распределение баллов по видам работ (в соответствии с выбранным видом спорта):

Название компонента	Распределение баллов
Профессионально-педагогическая подготовка	до 20 баллов
Реферат	до 10 баллов
Устный опрос	до 40 баллов
Презентация	до 10 баллов
Зачет	до 20 баллов

Критерий оценивания Зачета:
Выполнение контрольных нормативов (предусмотрено для обучающихся, не имеющих ограничения физических нагрузок):

Легкая атлетика (юноши):

№	Виды испытаний (тесты)	«3 балла»*	«4 балла»*	«5 баллов»*
		Результат		
1	Бег на 100 метров (с)	15,1	14,8	13,5
2	12 – минутный беговой тест Купера (км, м)	2,03	2,43	2,82
3	Силовой переворот на перекладине (кол-во раз)	3	5	8
4	Прыжок в длину с места (см)	215	230	240
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	28	32	44
6	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	10	12	15
7	Бег на дистанцию 3000м	14.00	13.30	12.30

***** Балл указывается для результата по виду испытания

Легкая атлетика (девушки):

№	Виды испытаний (тесты)	«3 балла»*	«4 балла»*	«5 баллов»*
		Результат		
1	Бег на 100 метров (с)	17.5	17.0	16.5
2	12 – минутный беговой тест Купера (км, м)	1,87	2,19	2,66
3	Поднимание, опускание туловища из положения, лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз/мин.)	34	40	47
4	Прыжок в длину с места (см)	170	180	195
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	10	12	17
6	Бег на дистанцию 2000м	11.35	11.15	10.30
7	Приседания на двух ногах (кол-во раз/мин.)	50	53	56

***** Балл указывается для результата по виду испытания

Шкала оценивания зачета

Критерии оценивания	Баллы
Обучающийся ответил на все вопросы в билете. Дал полный и правильно изложенный ответ, привел собственные примеры, правильно раскрыл те или иные положения, сделал обоснованный вывод.	20
Обучающийся ответил на все вопросы в билете. Дал ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки в «35 баллов», но допустил 1-2 ошибки, которые сам же исправил, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.	15
Учащийся смог с помощью дополнительных вопросов воспроизвести основные положения вопросов указанных в билете, но не сумел привести соответствующие примеры или аргументы, подтверждающие те или иные положения.	10

Учащийся не раскрыл понятие вопросов указанных в билете, на заданные экзаменаторами вопросы не смог дать удовлетворительный ответ.	5

Итоговая шкала оценивания результатов освоения дисциплины

Итоговая оценка по дисциплине выставляется по приведенной ниже шкале. При выставлении итоговой оценки преподавателем учитывается работа обучающегося в течение освоения дисциплины, а также оценка по промежуточной аттестации.

Баллы, полученные студентом по текущему контролю и промежуточной аттестации	Оценка в традиционной системе
41 - 100	Зачтено
0 - 40	Не зачтено