

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Зав. кафедрой
Дата подписания: 22.09.2026 12:51:04
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bffa679172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)
Факультет физической культуры и спорта
Кафедра спортивных дисциплин

Рекомендовано кафедрой спортивных
дисциплин
Протокол от «24» февраля 2025 г. № 7
Зав. кафедрой _____
Антипов А.В./

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине

Легкая атлетика

Направление подготовки
49.04.01 Физическая культура

Программа подготовки:
Профессиональное образование в отрасли физической культуры и спорта

Квалификация
Магистр

Форма обучения
Очная

Москва
2025

1. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

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

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
СПК-1. Способен осуществлять реализацию образовательного процесса, используя педагогически обоснованные формы, методы, способы, приемы организации деятельности обучающихся и современные технические средства обучения и образовательные технологии.	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
СПК-2. Способен осуществлять выбор и эффективно использовать современные средства материально-технического обеспечения с учетом индивидуальных особенностей спортсмена и условий проведения тренировочной и соревновательной деятельности.	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
СПК-4. Способен разрабатывать алгоритм соревновательной деятельности и обеспечивать его реализацию.	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ДПК-1. Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена.	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ДПК-2. Способен проектировать и разрабатывать учебно-методическое и научно-методическое обеспечение реализации образовательного процесса в системе профессионального образования и осуществлять оценку качества их эффективности.	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

1.2. 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
СПК-1	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - Методы, формы, способы, приемы организации и преподавания учебных дисциплин Уметь: - Выполнять деятельность и (или) демонстрировать элементы деятельности, осваиваемой обучающимися, и (или) выполнять задания, предусмотренные программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) по физической культуре и спорту; Владеть: - организовывать решение учебных задач (в индивидуальной или групповой форме) в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития различного возраста, сохраняя при этом баланс предметной и метапредметной составляющей их содержания.	Устный опрос, Доклад	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания доклада
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - методы контроля результатов освоения учебного предмета, курса дисциплины (модуля) в процессе промежуточной аттестации (самостоятельно и(или) в составе комиссии) - методы оценки результатов освоения учебного предмета, курса дисциплины	Письменный опрос Реферат Контрольная работа	Шкала оценивания письменного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания

			(модуля) в процессе промежуточной аттестации (самостоятельно и(или) в составе комиссии) Уметь: - оценивать работу обучающихся на учебных занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении программы учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) по физической культуре и спорту; - контролировать работу обучающихся на учебных занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении программы учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) по физической культуре и спорту; Владеть: - методами оценивания освоения образовательной программы при проведении итоговой (государственной итоговой) аттестации в составе экзаменационной комиссии - методами внесения корректив в рабочую программу, план изучения учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) по физической культуре и спорту, образовательные технологии, задания для самостоятельной работы, собственную профессиональную деятельность; - определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания		контрольно й работы
СПК-2	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях	Знать: - принципы и методы спортивной	Устный опрос,	Шкала оценивания

		2. Самостоятельная работа	подготовки квалифицированных спортсменов; - закономерности формирования долгосрочной адаптации у спортсменов под воздействием физических нагрузок разной направленности; Уметь: - оперировать научными знаниями о спортивной подготовке в избранном виде спорта; - применять на практике знания о современных технологиях, средствах и методах подготовки квалифицированных спортсменов; - использовать научную информацию для анализа, контроля и управления процессом подготовки спортсменов; Владеть: - методиками контроля и управления тренировочным процессом, видеть главное на определенном этапе в подготовке спортсменов и приоритетности профессиональных задач	Доклад	устного опроса Шкала оценивания доклада
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - Содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на различных этапах спортивной подготовки - Предельные тренировочные нагрузки - Объем индивидуальной спортивной подготовки - Современные новейшие методы тренировочной работы Уметь: - планировать тренировочный процесс, определять первоочередные и	Письменный опрос Реферат Контрольная работа	Шкала оценивания письменного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания контрольной работы

			долгосрочные цели спортивной тренировки, разрабатывать целевые программы спортивной подготовки с учетом приоритетов в развитии физических качеств, технических навыков, функциональных возможностей спортсменов; Владеть: -современными технологиями, средствами и методами подготовки спортсменов, навыками разработки целевых тренировочных программ и планов подготовки квалифицированных спортсменов; - современными технологиями научно-методического обеспечения подготовки спортсмена, инструментарием научного исследования спортивной тренировки, технологиями развития творческого мышления.		
СПК-4	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - Содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на различных этапах спортивной подготовки - Предельные тренировочные нагрузки - Объем индивидуальной спортивной подготовки - Специфика проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований Уметь: -определять первоочередные и долгосрочные цели спортивной	Устный опрос, Доклад	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания доклада

			тренировки, - разрабатывать целевые программы спортивной подготовки с учетом приоритетов в развитии физических качеств, технических навыков, функциональных возможностей спортсменов; Владеть: -современными технологиями, средствами и методами подготовки спортсменов, навыками разработки целевых тренировочных программ и планов подготовки квалифицированных спортсменов		
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - Содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на различных этапах спортивной подготовки - Предельные тренировочные нагрузки - Объем индивидуальной спортивной подготовки - Специфика проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований Уметь: -определять первоочередные и долгосрочные цели спортивной тренировки, - разрабатывать целевые программы спортивной подготовки с учетом приоритетов в развитии физических качеств, технических навыков, функциональных возможностей спортсменов;	Письменный опрос Реферат Контрольная работа	Шкала оценивания письменного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания контрольной работы

			Владеть: - современными технологиями, средствами и методами подготовки спортсменов, навыками разработки целевых тренировочных программ и планов подготовки квалифицированных спортсменов		
ДПК-1	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - Режимы тренировочной работы - Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта; - Основы спортивной медицины, медицинского контроля и способы оказания первой помощи - Санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам Уметь: - оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, адекватно выбирать средства и методы подготовки при составлении перспективных и оперативных планов. - Определять физические и функциональные способности, адекватно выбирает средства и методы	Устный опрос, Доклад	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания доклада

			со спортсменами различной квалификации. -Описывать, объяснять и делать соответствующие выводы, применительно к планированию УТП в спорте. Владеть: - современными технологиями научно-методического обеспечения подготовки спортсмена, - инструментарием научного исследования спортивной тренировки, - технологиями развития творческого мышления		
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - Режимы тренировочной работы - Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта; - Основы спортивной медицины, медицинского контроля и способы оказания первой помощи - Санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам Уметь: - оценивать физические способности и функциональное состояние	Письменный опрос Реферат Контрольная работа	Шкала оценивания письменного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания контрольной работы

			занимающихся, адекватно выбирать средства и методы подготовки при составлении перспективных и оперативных планов. -Определять физические и функциональные способности, адекватно выбирает средства и методы со спортсменами различной квалификации. - Описывать, объяснять и делать соответствующие выводы, применительно к планированию УТП в спорте. Владеть: - методиками контроля и управления тренировочным процессом, видеть главное на определенном этапе в подготовке спортсменов и приоритетности профессиональных задач; - современными технологиями научно-методического обеспечения подготовки спортсмена, инструментарием научного исследования спортивной тренировки, технологиями развития творческого мышления		
ДПК-2	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: -документацию, обеспечивающей реализацию программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) СПО, профессионального обучения и(или) ДПП Уметь: - Проведение учебных занятий по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям)	Устный опрос, Доклад	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания доклада

			образовательной программы; - Организация самостоятельной работы обучающихся по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) образовательной программы; - Консультирование обучающихся и их родителей (законных представителей) по вопросам профессионального самоопределения, профессионального развития, профессиональной адаптации на основе наблюдения за освоением профессиональной компетенции (для преподавания учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), ориентированного на освоение квалификации (профессиональной компетенции)) Владеть: - Разработка мероприятий по модернизации оснащения учебного помещения (кабинета, лаборатории, спортивного зала, иного места занятий), формирование его предметно-пространственной среды, обеспечивающей освоение учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) образовательной программы - Разработка и обновление рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) СПО, профессионального обучения и(или) ДПП		
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - документацию, обеспечивающей реализацию программ учебных предметов, курсов, дисциплин	Письменный опрос Реферат Контрольная	Шкала оценивания письменного опроса

			(модулей) СПО, профессионального обучения и(или) ДПП Уметь: - Планирование занятий по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) программ СПО, профессионального обучения и(или) ДПП - проводить текущий контроль, оценка динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе изучения учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) Владеть: -Руководством учебно-профессиональной, проектной, исследовательской и иной деятельностью обучающихся по программам СПО и(или) ДПП, в том числе подготовкой выпускной квалификационной работы (если она предусмотрена) - Разработка и обновление учебно-методического обеспечения учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) программ СПО, профессионального обучения и(или) ДПП, в том числе оценочных средств для проверки результатов их освоения	работа	Шкала оценивания реферата Шкала оценивания контрольной работы
--	--	--	---	---------------	---

Шкала оценивания устных опросов

Балл	Требования к критерию
1	- 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
0,5	дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.
0,25	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
0	обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Шкала оценивания письменных опросов

Оценка	Критерии оценивания
1	Содержание работы полностью соответствует теме; фактические ошибки отсутствуют; содержание излагается последовательно
0,5	Содержание работы в основном соответствует теме; имеются единичные фактические неточности; имеются незначительные нарушения последовательности в изложении мыслей.
0,25	В работе допущены существенные отклонения от темы; работа достоверна в главном, но имеются фактические неточности; допущены отдельные нарушения последовательности изложения.
0	не раскрыта тема, не соответствует плану, свидетельствует о поверхностном знании материала, без выводов и обобщений

Шкала оценивания докладов

№ п/п	Оцениваемые параметры	Оценка в баллах
1.	Качество доклада: - производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом; - четко выстроен; - рассказывается, но не объясняется суть работы; - зачитывается.	3 2 1 0

2.	Использование демонстрационного материала: - автор представил демонстрационный материал и прекрасно в нем ориентировался - использовался в докладе, хорошо оформлен, но есть неточности; - представленный демонстрационный материал не использовался докладчиком или был оформлен плохо, неграмотно.	2 1 0
3.	Качество ответов на вопросы: - отвечает на вопросы; - не может ответить на большинство вопросов; - не может четко ответить на вопросы.	3 2 1
4.	Владение научным и специальным аппаратом: - показано владение специальным аппаратом; - использованы общенаучные и специальные термины; - показано владение базовым аппаратом.	3 2 1
5.	Четкость выводов: - полностью характеризуют работу; - нечетки; - имеются, но не доказаны.	3 2 1
Итого максимальное количество баллов:		14

Шкала оценивания контрольных работ

Критерий оценивания	Требования к критерию
1	1. глубоко, осмысленно, в полном объеме усвоил программный материал, излагает его на высоком научном уровне, изучил обязательную и дополнительную литературу, способен к самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций; 2. усвоил методологию данной дисциплины, свободно владеет понятиями, определениями, терминами; 3. умеет анализировать и выявлять взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими дисциплинами; 4. умеет творчески применять теоретические знания при решении практических ситуаций; 5. показывает способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе учёбы и профессиональной деятельности
0,5	1. полно раскрыл материал, предусмотренный программой, изучил обязательную литературу; 2. владеет методологией данной дисциплины, методами исследования, знает определение понятий в области технических средств; 3. умеет установить взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими областями знаний; 4. применяет теоретические знания на практике; 5. допустил незначительные неточности при изложении материала, не искажающие содержание ответа по существу вопроса.
0,25	1. владеет материалом в пределах программы курса, знает основные понятия и определения;

	2. обладает достаточными знаниями для продолжения обучения и профессиональной деятельности; 3. способен разобраться в конкретной практической ситуации.
0	1. показал проблемы в знании основного учебного материала; 2. не может дать чётких определений, понятий; 3. не может разобраться в конкретной практической ситуации; 4. не может успешно продолжать дальнейшее обучение в связи с недостаточным объёмом знаний.

Критерии оценивания реферата

Критерии	Показатели
1. Новизна реферированного текста Макс. - 4 балла	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы Макс. - 6 баллов	- 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.
3. Обоснованность выбора источников Макс. - 4 балла	- круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).
4. Соблюдение требований к оформлению Макс. - 3 балла	- правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объёму реферата; - культура оформления: выделение абзацев.
5. Грамотность Макс. - 3 балла	- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; - литературный стиль.
Итого максимальное количество баллов:	20 баллов

1.3. 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.

Тематика рефератов

1. Лёгкая атлетика в Древней Греции.
2. Представительство лёгкой атлетики в олимпийском движении современности.
3. Биографии известных легкоатлетов – чемпионов и рекордсменов Олимпийских игр, Чемпионатов Мира, Европы, СССР, России.
4. История возникновения и эволюция техники отдельных видов лёгкой атлетики.
5. Создание, структура и функции международной (российской) федерации лёгкой атлетики.
6. Лёгкая атлетика Московской области.
7. Развитие методики тренировки.

Тематика контрольных работ

1. Эволюция способов прыжка в высоту .
2. «Большая шведская эстафета»
3. Скорость бега на разных дистанциях.
4. Результативность легкоатлетических прыжков .а
5. Старт в спринтерском беге.
6. Виды движений в беге на различные дистанции.

Тематика для устных опросов

1. Двигательные качества, необходимые у бегунов на средние и длинные дистанции.
2. Подготовка в многоборьях.
3. Основы легкой атлетики.
4. Виды легкой атлетики.

Тематика докладов

1. Бег на короткие дистанции (спринт). Эстафетный бег
2. Бег на средние дистанции. Кросс
3. Прыжки в высоту с разбега
4. Прыжки в длину с разбега
5. Метание гранаты
6. Толкание ядра

Тематика для письменных опросов

7. Оценка уровня выносливости у легкоатлетов.
8. Техника упражнений легкой атлетики.
9. История развития легкой атлетики.
10. История развития легкой атлетики в России.

Перечень вопросов для зачета

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.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине складывается из результатов обучения, уровня работы магистранта, дисциплинированность, самостоятельность. Освоение дисциплины оценивается по балльной шкале.

Общее количество баллов по дисциплине – 100 баллов.

Максимальное количество баллов, которое может набрать магистрант в течение семестра за текущий контроль, равняется 80 баллам.

Минимальное количество баллов, которые магистрант должен набрать в течение семестра за текущий контроль равняется 40 баллам.

Максимальная сумма баллов, которые магистрант может получить на зачете, равняется 20 баллам.

Формой промежуточной аттестации является зачет, который проходит в форме устного собеседования по вопросам.

Шкала оценивания зачета

Уровень оценивания		Критерии оценивания
Зачет	20-15	- Полное усвоение теоретического и практического материала, студентом даны исчерпывающие и обоснованные ответы на вопросы; - показано умение грамотно применять полученные теоретические знания в практических целях; - показано глубокое и творческое овладение основной и дополнительной литературой; - ответы отличаются четкостью и краткостью, мысли излагаются в необходимой логической последовательности.
	15-5	- Основное усвоение теоретического и практического материала, студентом даны полные, достаточно глубокие и обоснованные ответы на вопросы; - даны полные, но недостаточно обоснованные ответы на дополнительные вопросы; - показаны глубокие знания основной и недостаточные знания дополнительной литературы; - показано умение обосновывать высказываемые положения; - ответы в основном четкие и краткие, но в них не всегда выдерживалась логическая последовательность
	5-0	- не выполнены условия, позволяющие оценить ответ как «зачтено».

Итоговая шкала оценивания результатов освоения дисциплины

Итоговая оценка по дисциплине формируется из суммы баллов по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации и выставляется в соответствии с приведенной ниже таблицей.

Оценка по 100-балльной системе	Оценка системе
41 – 100	«зачтено»

0 - 40	«не зачтено»
--------	--------------