

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bffa79172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ
(МГОУ)

Кафедра Спорта.

УТВЕРЖДЕН
на заседании кафедры
Протокол от «11» нояб 2020 г., № 11
Зав. кафедрой Е.В. Шустова /Шустова Е.В./

ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

«ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА»

Направление подготовки 49.03.01 – Физическая культура

Профиль – «Спортивная тренировка»

Мытищи
2020

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
4
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
10
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций
17

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

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	1.Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	1.Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	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
ОПК – I	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - положения основных учений в области физической культуры. - положения основных и малодоступных учений в области физической культуры, описывает варианты их действия в практической деятельности. - исторические и современные проблемы развития ТМФК, знаком с методологией современных научных исследований. Уметь: - Анализировать исторические и современные проблемы развития ТМФК в свете основных учений в области физической культуры и ориентируется в них. - Осуществляет планирование и подбор методик для физкультурно-спортивной деятельности на основе основных учений в области физической культуры.	1. Сообщение 2. Устный и письменный опросы 3. Сдача контрольных нормативов. 4. Комплекс подготовительных упражнений. 5. Тестирование 6. Реферат 7. Зачет	41-60 б.
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - правила разработки учебных планов и программ конкретных занятий - приемы разработки учебных планов и программ - способы определения физического и функционального состояния занимающихся и его коррекции, классифицирует средства, методы тренировки и виды нагрузок - все формы учебных планов, дает характеристику программ конкретных занятий Уметь: - Осуществлять планирование и подбор методик для физкультурно-спортивной деятельности на основе	1. Оценка за технику выполнения изученных специальных и основных легкоатлетических упражнений 2. Выполнение контрольных нормативов 3. Оценка за выполнение заданий учебной практики 4. Контрольная работа 5. Зачет 6. Экзамен	61-100 б.

ОПК – 3	Пороговый	основных учений в области физической культуры; - проводить научные исследования по расширению положений основных учений в области физической культуры. Владеть: - осуществляет коррекцию состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей - Классифицирует, описывает, разрабатывает учебные планы и программы конкретных занятий в избранном виде спорта	основных учений в области физической культуры; - проводить научные исследования по расширению положений основных учений в области физической культуры. Владеть: - осуществляет коррекцию состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей - Классифицирует, описывает, разрабатывает учебные планы и программы конкретных занятий в избранном виде спорта		
	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания. Уметь: - составлять на основе программы все виды планов для всех форм физического воспитания. - Проводить все формы физического воспитания во всех видах образовательных учреждений на основе программы по физическому воспитанию, согласно требованиям к проведению современного урока (занятия) по физической культуре.	Знать: - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания, описывает варианты применения их в практической деятельности, приводит примеры наиболее эффективных способов решения задач физического воспитания с различным контингентом занимающихся. Уметь: - составляет на основе программы все виды планов для всех форм физического воспитания с учетом, индивидуальных и групповых особенностей занимающихся. - Проводить все формы физического воспитания во всех видах образовательных учреждений на основе программы по физическому воспитанию, согласно современным требованиям к проведению уроков (занятий) по физической культуре. - Использует в ходе урока (занятия) оригинальные	1. Сообщение 2. Устный и письменный опросы 3. Сдача контрольных нормативов. 4. Комплекс подготовительных упражнений. 5. Тестирование 6. Реферат 7. Зачет	41-60 б.
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания, описывает варианты применения их в практической деятельности, приводит примеры наиболее эффективных способов решения задач физического воспитания с различным контингентом занимающихся. Уметь: - составляет на основе программы все виды планов для всех форм физического воспитания с учетом, индивидуальных и групповых особенностей занимающихся. - Проводить все формы физического воспитания во всех видах образовательных учреждений на основе программы по физическому воспитанию, согласно современным требованиям к проведению уроков (занятий) по физической культуре. - Использует в ходе урока (занятия) оригинальные	1. Оценка за технику выполнения изученных специальных и основных легкоатлетических упражнений 2. Выполнение контрольных нормативов 3. Оценка за выполнение заданий учебной практики 4. Контрольная работа 5. Зачет 6. Экзамен	61-100 б.

			методики обучения, развития и воспитания. Владеть: - высокими показателями эффективности в решении задач физического воспитания.		
	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - технологию исследования тренировок юных и квалифицированных спортсменов. - способы установления отношений со спортсменами - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения Уметь: - Разрабатывать варианты решения проблемы в общем физкультурном образовании. - определять прогнозы последствий принятых решений. Владеть: - техникой и приемами общения (слушания, убеждения) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей собеседников - навыками обучения спортсменов. - технологией тренировок юных и квалифицированных спортсменов.	1. Разработка плана-конспекта подготовительной части урока 2. Разработка плана-конспекта урока по легкой атлетике на различных ступенях общего образования. 3. Тестирование 4. Реферат 5. Зачет	41-60 б.
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - технологию исследования тренировок юных и квалифицированных спортсменов; - способы установления отношений со спортсменами; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения Уметь: - выявлением, обобщением и распространением эффективных форм и методов педагогической работы в области физкультуры и спорта; - устанавливать контакт с обучающимися, занимающимися разного возраста, родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся, педагогическими работниками Владеть: - методами убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста;	1. Разработка плана-конспекта подготовительной части урока 2. Разработка плана-конспекта урока по легкой атлетике на различных ступенях общего образования. 4. Контрольная работа 5. Зачет 6. Экзамен	61-100 б.

				- методами консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов, семинаров		
--	--	--	--	---	--	--

Шкала оценивания:

Пороговый уровень оценивания компетенций: 41-60 баллов;

Продвинутый уровень оценивания компетенций 61-100 баллов.

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.

1.Выполнение контрольных нормативов.

Практические требования (4 семестр)

№ п/ п	Виды контрольных упражнений	Нормативы					
		Женщины			Мужчины		
		16	26	36	16	26	36
1.	Бег 30м; с	5,5	5,0	4,6	4,8	4,5	4,0
2.	Бег 100м; с	16,2	15,0	13,8	14,2	13,0	12,3
3.	Прыжок в длину с разбега, см	390	420	4,40	460	500	530
4.	Метание малого мяча, м	32	36	40	50	55	65
5.	Кросс 1000 м; мин, с.	4.25	4.10	3.32	3.35	3.20	2.52

Практические требования (5 семестр)

№ п/п	Виды контрольных упражнений	Нормативы					
		Женщины			Мужчины		
		16	26	36	16	26	36
1.	Бег 30м; с	5,4	4,9	4,6	4,6	4,4	4,0
2.	Бег 100м; с	16,0	14,6	13,6	14,0	12,8	12,1
3.	Толкание ядра, м	6	7	8	7	8	9
4.	Спортивная ходьба 1000 м; мин, с.	7.10	6.30	5.50	6.40	6.00	5.15
5.	Кросс 1000 м; мин, с.	4.20	4.05	3.30	3.30	3.15	2.50

2. Примерная тематика рефератов

1. Лёгкая атлетика в системе образования
2. Представительство лёгкой атлетики в олимпийском движении современности.
3. Известных легкоатлетов – чемпионов и рекордсменов Олимпийских игр, Чемпионатов Мира, Европы, СССР, России.
4. Лёгкая атлетика Московской области.
5. Создание, структура и функции международной (российской) федерации лёгкой атлетики.
6. Основы техники легкоатлетических видов спорта
7. Этапы и методы спортивной тренировки.

3.Типовые тестовые задания.

1. Укажите наиболее эффективный спортивный способ прыжка в длину.
 - а) «согнув ноги»;
 - б) «прогнувшись»
 - в) «ножницы»;
 - г) сочетание «прогнувшись» и «ножницы»;
2. Для обучения отталкиванию в прыжках в длину используются следующие упражнения:
 - а) имитация отталкивания, имитация отталкивания с маховым движением, отталкивание через 1-3 беговых шага, доставление высоко повешенных предметов;
 - б) имитация отталкивания, 2-й, 3-й, 5-й прыжок в яму, прыжки с места, маховые движения;
 - в) доставание высоко подвешенных предметов, выпрыгивания вдоль стены, прыжки толчком двух ног через барьеры, прыжки через гимнастические скамейки;
 - г) многоскоки, скачки на правой и левой ноге, выпрыгивание вверх из полуприседа, подскоки на каждой ноге.

3. Сколько попыток предоставляется в прыжках в длину в предварительных соревнованиях?
- а) 8 попыток;
 - б) 6 попыток;
 - в) 4 попытки;
 - г) 3 попытки.
4. Эволюция способов прыжка в высоту (Укажите, в какой последовательности происходили изменения в технике прыжков в высоту).
- «перекидной»;
 - «перешагивание»;
 - «фосбери-флоп»;
 - «волна».
5. Для обучения отталкиванию в прыжках в высоту способом «фосбери-флоп» используются следующие упражнения:
- а) имитация постановки толчковой ноги с выполнением махового движения ногой и руками на месте и в движении, отталкивание через каждый шаг в беге по кругу, затем через 3-5 беговых шагов, доставание высоко подвешенных предметов;
 - б) выполнение скачков на правой и левой ноге, выпрыгивание «в шаг» через 1-3 беговых шага, прыжки через барьеры толчком двух ног;
 - в) бег по кругу с уменьшением радиуса круга, отталкивание в беге по прямой, подскоки на каждый шаг;
 - г) маховые движения у шведской лестницы, выпрыгивания с махом, стоя у шведской лестницы, прыжки через барьеры толчком двух ног, скачки.
6. Сколько попыток предоставляется участнику соревнований по прыжкам в высоту для преодоления каждой высоты?
- а) 1 попытка;
 - б) 2 попытки;
 - в) 4 попытки;
 - г) 3 попытки.
7. Какие дистанции включены в «большую шведскую эстафету»?
- а) 400 x 300 x 200 x 100м;
 - б) 10 x 100м;
 - в) 4 x 800м;
 - г) 800 x 400 x 200 x 100м.
8. Выберите правильное положение бегуна принимающего эстафету 4 x 100м.
- а) высокий старт;
 - б) низкий старт;
 - в) приближенный к низкому старту с опорой на одну руку;
 - г) не имеет значения, из какого положения стартует принимающий эстафету;
9. За 5 метров до финиша участник одной из команд уронил эстафетную палочку и финишировал без нее. Какое решение примут судьи?
- а) засчитают показанный командой результат;
 - б) сделают замечание участнику, уронившему палочку;
 - в) несмотря на показанный результат в забеге, при распределении мест судьи поставят команду, потерявшую эстафетную палочку на последнее место;
 - г) дисквалифицируют команду.
10. Движение туловища в фазе финального усилия в толкании ядра начинается с поворота
- а) головы налево;
 - б) плечевого пояса;
 - в) таза относительно продольной оси тела;
 - г) отведения назад-вверх согнутой левой руки.
11. Скорость бега по дистанции зависит главным образом от ...

- а) роста-весовых показателей спортсмена;
 - б) ускорения силы тяжести;
 - в) силы сопротивления внешней среды;
 - г) длины и частоты шагов.
12. Результативность легкоатлетических прыжков определяется в первую очередь...
- а) техникой движений спортсмена в полетной фазе;
 - б) начальной скоростью и углом вылета тела прыгуна;
 - в) углом отталкивания, и углом местности;
 - г) сопротивлением воздушной среды.
13. Укажите фазовую структуру техники метания малого мяча.
- а) разбег, финальное усилие, остановка после выпуска снаряда;
 - б) держание снаряда, разбег, финальное усилие, остановка после выпуска снаряда;
 - в) держание снаряда, разбег, финальное усилие;
 - г) держание снаряда, разбег, скрестный шаг, финальное усилие, остановка после выпуска снаряда.
14. Какой старт применяется в спринтерском беге?
- а) высокий;
 - б) низкий;
 - в) старт с опорой на одну руку;
 - г) старт «лежа».
15. При выполнении низкого старта, по команде «Внимание» тяжесть тела необходимо ...
- а) целиком перенести на руки;
 - б) целиком перенести на ноги;
 - в) равномерно распределить между руками и ногой, стоящей на передней колодке;
 - г) это зависит от индивидуальных особенностей спортсмена.
16. После какого количества нарушений на старте (фальстартов), бегуны лишаются права участия в соревнованиях?
- а) после первого фальстарта;
 - б) после второго фальстарта;
 - в) после третьего фальстарта;
 - г) в каждом конкретном случае это зависит от решения главного судьи соревнований.
17. К каким видам движений относится бег на различные дистанции:
- а) ациклическим;
 - б) смешанным;
 - в) циклическим;
 - г) гетерохронным.
18. К каким видам движений относятся прыжки в длину и высоту:
- а) ациклическим;
 - б) смешанным;
 - в) циклическим;
 - г) гетерохронным.
19. К каким видам движений относятся метания диска, молота, толкание ядра:
- а) однофазовым;
 - б) ациклическим;
 - в) гетерохронным;
 - г) циклическим.
20. Сколько препятствий на одном круге располагаются в беге на 3000 метров с препятствиями:
- а) три;
 - б) пять;
 - в) четыре;
 - г) восемь.

21. Какие по форме движения преобладают в метании диска, молота и толкании ядра:
- а) круговые;
 - б) прямолинейные;
 - в) вращательные;
 - г) с изменением направления движения.
22. Какие двигательные качества необходимо развивать в первую очередь у бегунов на средние и длинные дистанции:
- а) ловкость;
 - б) выносливость;
 - в) скоростно- силовые качества;
 - г) волю к победе.
23. Наиболее рациональная подготовка в многоборьях:
- а) специализация в отдельных видах;
 - б) совершенствование в «коронных» видах;
 - в) подтягивание отстающих видов;
 - г) комплексная.
24. Как определяется победитель в соревнованиях по многоборью:
- а) по количеству занятых призовых мест;
 - б) по количеству занятых первых мест;
 - в) по сумме набранных очков;
 - г) по количеству установленных рекордов в отдельных видах.
25. Основной метод развития силы:
- а) повторный;
 - б) круговой;
 - в) равномерный;
 - г) игровой.
26. Основной метод развития быстроты:
- а) равномерный;
 - б) скоростно-силовой;
 - в) повторный;
 - г) круговой.
27. Основной метод развития гибкости:
- а) повторный;
 - б) равномерный;
 - в) круговой;
 - г) переменный.
28. В каком периоде тренировочного процесса применяются средства СФП- (специальная физическая подготовка):
- а) переходный;
 - б) пред соревновательный подготовительный;
 - в) ранний подготовительный;
 - г) соревновательный.
29. В каком периоде тренировочного процесса применяются средства ТП- (тактическая подготовка).
- а) пред соревновательный подготовительный;
 - б) переходный;
 - в) соревновательный;
 - г) ранний подготовительный.
30. Продолжительность микроцикла:
- а) двенадцать недель;
 - б) пять недель;
 - в) одна неделя;

г) две недели.

31. Сколько периодов подготовки в годичном цикле тренировочного процесса при однопиковой системе:

- а) один;
- б) пять;
- в) шесть;
- г) три.

32. Основной принцип распределения нагрузок в тренировочном процессе:

- а) прямолинейный;
- б) ступенчатый;
- в) волнообразный;
- г) прерывный.

4. Темы контрольных работ

Тема 1. Легкая атлетика в системе физического воспитания.

Тема 2. Урок – основная форма обучения легкоатлетическим упражнениям

Тема 3. Внеклассная (внеурочная) работа по легкой атлетике в школе, лицее, ВУЗе.

Тема 4. Дистанционная и фазовая структура бега на короткие и средние дистанции.

Тема 5. Дистанционная и фазовая структура барьерного бега (что-либо одно: 100 м., 110 м., 400 м.).

Тема 6. Биомеханические основы прыжков в высоту с разбега.

Тема 7. Биомеханические основы прыжков в длину и тройного прыжка с разбега.

Тема 8. Биомеханические основы одного из видов метаний (малого мяча, гранаты, толкания ядра и др.)

Тема 9. Содержание, методы и средства обучения на занятиях по легкой атлетике.

Тема 10. Методика обучения бегу на короткие дистанции.

Тема 11. Методика обучения бегу на средние и длинные дистанции.

Тема 12. Методика обучения технике спортивной ходьбы.

Тема 13. Методика обучения прыжкам в высоту.

Тема 14. Методика обучения прыжкам в длину и тройному прыжку с разбега.

Тема 15. Ходьба и бег на уроках физической культуры в школе.

Тема 16. Прыжки и прыжковые упражнения на уроках физической культуры в школе.

Тема 17. Метания на уроках физической культуры в школе.

Тема 18. Методика обучения одному из видов метаний – малый мяч, граната, ядро.

Тема 19. Содержание и методика тренировки в одном из видов легкой атлетики в годичном цикле.

Тема 20. Методика развития двигательных качеств (выносливость, сила, быстрота, ловкость, гибкость – одного или двух) у юных легкоатлетов в тренировочном процессе.

Тема 21. Планирование круглогодичного цикла в одном из видов легкой атлетики.

Тема 22. Основные принципы спортивной тренировки в легкой атлетике.

Тема 23. Классификация подготовительных упражнений и методика их применения в процессе обучения и тренировочных занятий по легкой атлетике.

Тема 24. Игры и игровые включения в системе обучения легкоатлетическим упражнениям.

5. Вопросы 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.
9. Методика развития быстроты (скоростно-силовых возможностей).
10. Анализ техники метания малого мяча.
11. Формы и части разминки, подготовительной части урока (занятия).
12. Урок – основная форма проведения занятий по легкой атлетике в школе (части урока, направленность, дозировка).
13. Анализ техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».
14. Анализ техники метания гранаты.
15. Характеристика основных принципов обучения на занятиях по легкой атлетике.
16. Анализ техники прыжка в длину с разбега способом «ножницы».
17. Бег и беговые упражнения, как основное средство подготовки и развития детей и подростков.
18. Легкая атлетика в физкультурно-оздоровительных и прикладных комплексах.
19. Методика обучения прыжкам в высоту с разбега
20. Оздоровительное значение бега. Формы организации занятий бегом во внеурочное и внерабочее время.

6. Вопросы для экзамена

Требования к содержанию экзаменационных вопросов

Экзаменационные билеты включают три типа вопросов:

- 1) вопрос по основам или анализу техники легкоатлетических упражнений;
- 2) вопрос по методике обучения и развитию физических качеств средствами лёгкой атлетики;
- 3) вопрос по правилам соревнований.

Вопросы для экзаменационных билетов (2 семестр)

1. Движущие силы в спортивной ходьбе.
2. Один цикл в спортивной ходьбе.
3. Реакция опоры, её величина, направление. Реакция опоры и скорость движения.
4. Работа таза, плечевого пояса в спортивной ходьбе.
5. Один цикл в беге.
6. Изменение скорости бега в одном цикле.
7. Амортизация в беге. Внешнее и внутреннее проявление амортизации.
8. Шаг в беге на короткие и длинные дистанции.
9. Движущие силы в беге.
10. Влияние реакции опоры на скорость бега.
11. Факторы, влияющие на дальность полёта прыгуна.
12. Факторы, влияющие на начальную скорость вылета прыгуна.
13. Распределение нагрузки в отталкивании.
14. Амортизация в отталкивании в прыжках.
15. Характеристика маховых движений и инерционные силы во время маха.
16. Угловые характеристики прыжков.
17. Приземление в прыжках – задачи и техника выполнения.
18. Характеристика движений в полёте в легкоатлетических прыжках.
19. Факторы, влияющие на дальность полёта снаряда.
20. Угловые характеристики метаний, оптимальные углы вылета, угол местности.
21. Способы метаний легкоатлетических снарядов.
22. Последовательность включения в работу мышечных групп в метаниях.
23. Анализ техники бега на короткие дистанции.

24. Анализ техники эстафетного бега.
25. Анализ техники барьерного бега.
26. Анализ техники низкого старта.
27. Анализ техники прыжка в высоту способом "Перешагивание".
28. Анализ техники прыжка в высоту способом "Фосбери-флоп".
29. Анализ техники прыжка в длину способом "Согнув ноги".
30. Анализ техники прыжка в длину способом "Ножницы".
31. Анализ техники прыжка в длину способом "Прогнувшись".
32. Анализ техники метания мяча.
33. Анализ техники метания диска.
34. Анализ техники метания копья.
35. Анализ техники толкания ядра.
36. Анализ техники спортивной ходьбы.
37. Анализ техники тройного прыжка.
38. Методика обучения бегу на короткие дистанции.
39. Методика обучения эстафетному бегу.
40. Методика обучения барьерному бегу.
41. Методика обучения спортивной ходьбе.
42. Методика обучения технике бега.

Вопросы для экзаменационных билетов (6 семестр)

43. Методика обучения технике прыжка в длину способом "Согнув ноги"
44. Методика обучения технике прыжка в длину способом "Ножницы".
45. Методика обучения технике прыжка в длину способом "Прогнувшись".
46. Методика обучения технике прыжка в высоту способом "Перешагивание"
47. Методика обучения технике прыжка в высоту способом "Фосбери-флоп".
48. Методика обучения технике метания мяча.
49. Методика обучения технике метания копья.
50. Методика обучения технике метания диска.
51. Методика обучения технике толкания ядра.
52. Положение о соревнованиях по лёгкой атлетике.
53. Заявка на участие в соревнованиях и карточка участника.
54. Права и обязанности представителя команды.
55. Обязанности и права участников соревнований.
56. Место и оборудование соревнований по бегу (старт, финиш).
57. Место и оборудование соревнований по барьерному бегу.
58. Место и оборудование соревнований по прыжкам в длину и тройным.
59. Место и оборудование соревнований по прыжкам в высоту.
60. Место и оборудование соревнований по метанию копья (мяча, гранаты).
61. Место и оборудование соревнований по толканию ядра.
62. Место и оборудование соревнований по метанию диска.
63. Принципы составления расписания двух-, трёхдневных соревнований по лёгкой атлетике.
64. Порядок проведения соревнований в несколько кругов.
65. Состав судей по бегу.
66. Стартёры и их помощники.
67. Бригады судей на финише.
68. Судейская бригада по метаниям.
69. Судейская бригада по прыжкам.
70. Бригада судей на дистанции.
71. Правила проведения соревнований по бегу (старт).

72. Правила проведения соревнований по бегу (бег по дистанции, финиш).
73. Правила проведения соревнований в барьерном беге.
74. Правила проведения соревнований в эстафетном беге.
75. Правила проведения соревнований по прыжкам в длину и тройным.
76. Требования к месту соревнований по прыжкам в длину и тройным.
77. Правила проведения соревнований по метаниям.
78. Состав и порядок проведения многоборий.
79. Очередность попыток в метаниях и прыжках, правила измерения результата в этих видах.
80. Определение победителя в беге.
81. Определение победителя в легкоатлетических прыжках.
82. Определение победителя в легкоатлетических метаниях.
83. Бригада хронометристов. Правила измерения, округления и записи в протокол результата в беге.
84. Разметка беговой дорожки.

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

Распределение баллов по видам работ:

Название компонента	Распределение баллов
Посещение	до 10 баллов
Конспект	до 10 баллов
Устный опрос	до 5 баллов
Доклад	до 15 баллов
Контрольная работа	до 100 баллов
Зачет	до 100 баллов
Экзамен	До 100 баллов

Шкала оценки посещаемости:

Посещение учебных занятий	Количество баллов
Регулярное посещение занятий	8-10 баллов
Систематическое посещение занятий, единичные пропуски по уважительной причине.	4-7 баллов
Нерегулярное посещение занятий	1-3 баллов
Регулярные пропуски	0 баллов

Шкала оценки качества конспекта:

Критерии	Количество баллов
Содержание конспекта соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью. Присутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	9-10 баллов

Содержание конспекта недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам темы, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения. Присутствуют некоторые схемы, таблицы.	6-8 баллов
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки. В конспекте отсутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	3-5 баллов

Критерий оценивания устного опроса

Критерии	Количество баллов
- 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	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.	4
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	3
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.	2

Критерии оценивания докладов

№ п/п	Критерии	Количество баллов
1.	Качество доклада: - производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом; - четко выстроен; - рассказывается, но не объясняется суть работы; - зачитывается.	0-3

2.	Использование демонстрационного материала: - автор представил демонстрационный материал и прекрасно в нем ориентировался	0-3
3.	Качество ответов на вопросы:	0-3
4.	Владение научным и специальным аппаратом:	0-3
5.	Четкость выводов: - полностью характеризуют работу; - нечетки; - имеются, но не доказаны.	0-3
Итого максимальное количество Баллов:		15

Критерии оценивания контрольных работ

Критерии	Количество баллов
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	76-100 баллов
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.	51-75 баллов
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.	26-50 баллов
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.	0-25 баллов

--	--

**Шкала оценки результатов зачета за каждый вопрос билета
(всего два вопроса в билете)**

Критерии	Количество баллов
- 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	25-50
- обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала; - допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл; - беспорядочно и неуверенно излагает материал.	0-24

Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную балльную систему

Традиционная четырех балльная система оценки	100-балльная система оценки
зачтено	41 – 100 баллов
незачтено	0 – 40 баллов

**Шкала оценки результатов экзамена за каждый вопрос билета
(всего три вопроса в билете)**

Критерии	Количество баллов
Ответ правильный, полный, допускаются мелкие неточности, не влияющие на существо ответа.	26-30 баллов
Ответ в целом правильный, но не совсем полный. Допускаются мелкие неточности и не более двух ошибок, которые студент может исправить самостоятельно.	21-25 баллов
Ответ в целом правильный, но не полный, поверхностный. Ошибки и неточности, допущенные при ответе, студент может исправить после наводящих вопросов.	16-20 баллов
Ответ неверный. После наводящих вопросов никаких исправлений не дано.	10-15 балла

Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную пятибалльную систему

Традиционная четырех балльная система оценки	100-балльная система оценки
отлично/зачтено	81 – 100 баллов
хорошо/зачтено	61 – 80 баллов
удовлетворительно/зачтено	41 – 60 баллов
неудовлетворительно/не зачтено	0- 40 баллов

