

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Вологодская государственная молочнохозяйственная академия имени
Н.В. Верещагина»

Факультет агрономии и лесного хозяйства

Кафедра физической культуры

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Направление подготовки 35.03.06 Агроинженерия

Профиль «Искусственный интеллект»

Квалификации (степень) выпускника бакалавр

Вологда – Молочное

2023

1 Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине

1.1 Текущий контроль

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Результаты обучения (компетенции)	Наименование оценочного средства / Форма текущего контроля	Метод контроля
1	Теоретический курс	УК-7	Тест	Тестирование
2	Практический курс	УК-7		
	Легкая атлетика	УК-7	Контрольные тесты	Соревнования
	Лыжный спорт	УК-7	Контрольные тесты	Соревнования
	Атлетическая гимнастика	УК-7	Контрольные тесты	Тестирование
	Футбол	УК-7	Контрольные тесты	Тестирование

1.2 Промежуточная аттестация

В соответствии с учебным планом промежуточная аттестация по учебной дисциплине «Физическая культура и спорт» предусматривает проведение зачета. Для оценки результатов обучения используется метод контрольных тестов, нормативов и соревнований.

2. Комплект оценочных материалов для проведения текущего контроля оценки знаний, умений и уровня сформированности компетенций

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Вологодская государственная молочнохозяйственная академия имени Н.В. Верещагина»

Факультет агрономии и лесного хозяйства

Кафедра физической культуры

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Тесты по теоретическому курсу

1. Педагогический процесс физического совершенствования человека называется:
А. Физическое воспитание
Б. Физическое развитие
В. Физическое совершенство
Г. Физическая подготовка
2. К учебной форме занятий в вузе относятся:
А. Занятия в секциях
Б. Самостоятельные занятия
В. Обязательные занятия
Г. Физкультурные и спортивные мероприятия
3. В какое учебное отделение зачисляются студенты основной медицинской группы с хорошей физической и спортивной подготовленностью:
А. Основное
Б. Спортивное
В. Специальное
Г. Подготовительное
4. Какие питательные вещества являются катализаторами обмена веществ в организме:
А. Белки
Б. Жиры
В. Углеводы
Г. Витамины
5. Количество крови, выбрасываемое левым желудочком сердца при одном сокращении, называется:
А. Пульсом
Б. Систолическим объемом крови
В. Минутным объемом крови
Г. Кровяным давлением
6. Наибольшее количество кислорода, которое может усвоить организм при тяжелой работе за 1 минуту, называется:
А. Легочная вентиляция.
Б. Кислородный запрос

- В. Максимальное потребление кислорода
Г. Жизненная емкость легких
7. Средняя величина жизненной емкости легких у женщин:
А. 2000-2500 мл
Б. 2500-3000 мл
В. 3000-3500 мл
Г. 3800-4200 мл
8. Какой должна быть температура воздуха при приеме теплых воздушных ванн:
А. +14° и ниже
Б. +20° - +14°
В. +30° - +20°
Г. +35° - +30°
9. Какой принцип физического воспитания включает в себя понимание задач ФК, значение изучаемого материала, а также предполагает активную работу на занятиях:
А. Доступности
Б. Сознательности и активности
В. Последовательности
Г. Повторности
10. Какой метод ФК относится к группе методов строго регламентированного упражнения:
А. Равномерный
Б. Игровой
В. Соревновательный
Г. Наглядности
11. Как называется этап в обучении движениям, если задачей этапа является освоение деталей при раздельном и целостном выполнении движения:
А. Ознакомление
Б. Формирование двигательного умения
В. Формирование двигательного навыка
Г. Заключение
12. Как называется физическое качество, направленное на совершение действия в минимальный отрезок времени:
А. Быстрота
Б. Сила
В. Выносливость
Г. Ловкость
13. Как называется метод развития силы, характеризующийся выполнением упражнения с отягощением 30-70% от рекордного, в 4-6 сериях, по 4-12 повторений в серии:
А. Повторных усилий
Б. Максимальных усилий
В. Динамических усилий
Г. Статический
14. Метод максимальных усилий развития силы характеризуется:

- А. Отягощением 90% от рекордного и выполнением упражнения в 4-6 сериях, по 1-3 повторений в серии
Б. Отягощением 30-70% от рекордного и выполнением упражнения в 4-6 сериях, по 4-12 повторений в серии
В. Отягощением до 30% от рекордного и выполнением упражнения в 3-6 сериях, по 15-25 повторений, с максимальной частотой
Г. Максимальным статическим напряжением мышц в 3-6 сериях, продолжительностью 4-6 секунд
15. Величина абсолютной силы, приходящейся на 1 кг веса тела человека, называется:
А. Относительная сила
Б. Абсолютная сила
В. Скоростная сила
Г. Силовая выносливость
16. Какое физическое упражнение является средством развития гибкости:
А. Бег на 60-100 м
Б. Наклон вперед
В. Кросс 3000 м
Г. Прыжки в длину
17. Как называется часть урока, решающая задачи максимальной работоспособности, развития физических качеств, обучения и совершенствования техники движений:
А. Подготовительная
Б. Главная
В. Основная
Г. Заключительная
18. К индивидуальной неурочной форме занятий относятся:
А. Самостоятельные занятия
Б. Игры
В. Походы
Г. Различные групповые состязания
19. Частота сердечных сокращений второй тренировочной зоны:
1. До 130 уд/мин
2. От 130-150 уд/мин
3. От 150-180 уд/мин
4. Свыше 180 уд/мин
20. Максимальная интенсивность самостоятельных занятий определяется формулой:
А. ЧСС – 75% от «180 уд/мин – возраст»
Б. ЧСС – 75% от «220 уд/мин – возраст»
В. ЧСС – 75% от «200 уд/мин – возраст»
Г. ЧСС – 75% от «130-150 уд/мин. – возраст»
21. В какое учебное отделение зачисляют студентов основной и подготовительной медицинской группы:
А. Спортивное
Б. Основное
В. Специальное
Г. Подготовительное

22. Какие питательные вещества являются пластическим материалом для всех тканей организма:

- А. Белки
- Б. Жиры
- В. Углеводы
- Г. Витамины

23. Какие элементы крови выполняют функцию свертывания:

- А. Эритроциты
- Б. Лейкоциты
- В. Тромбоциты
- Г. Плазма

24. Максимальное количество воздуха, которое может выдохнуть человек после максимального вдоха, называется:

- А. Легочная вентиляция
- Б. Кислородный запрос
- В. Максимальное потребление кислорода
- Г. Жизненная емкость легких

25. Какой принцип ФК обеспечивает обучение от легкого к трудному, от простого к сложному:

- А. Сознательности и активности
- Б. Доступности
- В. Последовательности
- Г. Повторности

26. Какое физическое упражнение является средством развития быстроты:

- А. Бег на 800 м
- Б. Кросс 3000 м
- В. Бег на 60-100 м
- Г. Наклон вперед

27. Как называется часть урока, решающая задачи организации учащихся и функциональной подготовки к уроку:

- А. Вступительная
- Б. Подготовительная
- В. Основная
- Г. Заключительная

28. При самостоятельных занятиях с женщинами не следует использовать упражнения:

- А. На дыхание
- Б. С задержкой дыхания, натуживанием
- В. На гибкость
- Г. На брюшной пресс

29. Какой показатель самоконтроля относится к субъективным:

- А. Пульс
- Б. Кровяное давление
- В. Сон
- Г. Динамометрия

30. Отличительной чертой спорта является:

- А. Наличие тренировок
- Б. Наличие соревнований
- В. Наличие специальных средств
- Г. Наличие специальных методов

Ключ к тесту

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
А	В	Б	Г	Б	В	В	В	Б	А	Б	А	А	А	А

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Б	В	А	В	Б	Б	А	В	Г	В	В	Б	Б	В	Б

Критерии оценки:

- 5 баллов выставляется студенту, если 28 или более правильных ответов
- 4 балла, если 26-27 правильных ответов
- 3 балла, если 24-25 правильных ответов
- 2 балла, если 22-23 правильных ответов
- 1 балл, если 20-21 правильных ответов

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
 высшего образования «Вологодская государственная
 молочнохозяйственная академия имени Н.В. Верещагина»

Факультет агрономии и лесного хозяйства

Кафедра физической культуры

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

**Комплект оценочных материалов для проверки сформированности
 компетенции**

УК-7: способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для
 обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Зачетные требования для основного учебного отделения

I семестр. Женщины.

№ п/п	Тест	Баллы				
		1	2	3	4	5
Обязательные виды						
1.	Бег 2000 м. (мин., сек.) вес до 70 кг	12.15	11.50	11.20	10.50	10.15
	вес > 70 кг	13.15	12.40	11.55	11.20	10.35
2.	Прыжок в длину с места (см)	150	160	170	180	190
3.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа на полу (раз)	4	6	8	10	12
Виды по выбору						
1.	Подтягивание в висе лежа на перекладине h=90 см ноги в упоре (раз)	4	6	10	16	20
2.	И.П. - лежа, руки внизу вдоль по туловищу, подъём ног до угла 90 градусов (раз)	20	30	40	50	60
3.	И.П. - лежа, руки за голову, удержание прямых ног под углом 30-40 градусов (сек)	20	30	40	50	60
4.	Средний арифметический балл по одному из видов спорта (2 - 3 упражнения)					
I семестр. Мужчины.						
№ п/п	Тест	Баллы				
		1	2	3	4	5
Обязательные виды						
1.	Бег 3000 м (мин, сек) вес до 85 кг	14.30	13.50	13.10	12.35	12.00
	вес > 85 кг	15.30	14.40	13.50	13.10	12.30
2.	Прыжки в длину с места (см)	215	223	230	240	250
3.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа на полу (раз)	20	25	30	35	40
Виды по выбору						
1.	Подтягивание (раз) вес до 85 кг	5	7	9	12	15

	вес > 85 кг	2	4	7	10	12
2.	И.П. - в вися, подъем прямых ног до касания перекладины (раз)	2	3	5	7	10
3.	И.П. - в вися на гимнастической стенке, удержание прямых ног под углом 90 градусов (сек)	2	3	5	7	10
4.	Средний арифметический балл по одному из видов спорта (2 - 3 упражнения)					

Зачетные требования для специального учебного отделения

I семестр. Женщины.

№ п/п	Тест	Баллы				
		1	2	3	4	5
Обязательные виды						
1.	Тест Купера (м)	1200-1540	1550-1840	1850-2150	2160-2340	2350 и >
2.	Прыжок в длину с места (см) для освобожденных от прыжков: И.П. - широкая стойка, приседания на правой и левой ноге (раз)	130 3/3	145 5/5	160 7/7	170 10/10	180 15/15
3.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа от гимнастической скамейки (раз)	4	6	8	10	12
Виды по выбору						
1.	Подтягивание в вися лежа на перекладине h=90 см ноги в упоре (раз)	2	4	6	10	16
2.	И.П. - лежа, руки внизу вдоль по туловищу, подъем ног до угла 90 градусов (раз)	10	20	30	40	50
3.	И.П. - лежа, руки за голову, удержание прямых ног под углом 30-40 градусов (сек)	10	20	30	40	50
4.	Средний арифметический балл по одному из видов спорта (2 - 3 упражнения)					

I семестр. Мужчины.

№ п/п	Тест	Баллы				
		1	2	3	4	5
Обязательные виды						
1.	Тест Купера (м)	до 1950	1950-2100	2200-2400	2500-2700	2800 и >
2.	Прыжок в длину с места (см) для освобожденных от прыжков: И.П. - широкая стойка, приседания на правой и левой ноге (раз)	200 7/7	215 9/9	223 12/12	230 15/15	240 20/20
3.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа на полу (раз)	10	15	20	25	30
Виды по выбору						
1.	Подтягивание (раз) вес до 85 кг вес > 85 кг	3 1	5 3	7 5	9 7	12 10
2.	И.П. - в вися, подъем прямых ног до касания перекладины (раз)	1	2	3	5	7
3.	И.П. - в вися на гимнастической стенке, удержание прямых ног под углом 90 градусов (сек)	1	2	3	5	7
4.	Средний арифметический балл по одному из видов спорта (2 - 3 упражнения)					

Зачетные требования для основного учебного отделения

II семестр. Мужчины.

№ п/п	Тест	Баллы				
		1	2	3	4	5
Обязательные виды						
1.	Бег 100 м (сек)	14,6	14,3	14,0	13,6	13,2
2.	Бег 3000 м (мин, сек)					
	вес до 85 кг	14,30	13,50	13,10	12,35	12,00
	вес > 85 кг	15,30	14,40	13,50	13,10	12,30
3.	Подтягивание (раз)					
	вес до 85 кг	5	7	9	12	15
	вес > 85 кг	2	4	7	10	12
Виды по выбору						
1.	Прыжки в высоту с разбега (см)	125	130	135	140	145
	или Прыжки в длину с разбега (см)	390	410	435	460	480
2.	Толкание ядра (м, см)	6,00	6,50	7,00	7,50	8,00
3.	Лыжи 5 км (мин., сек)	30,00	28,00	26,25	25,00	23,50
4.	Средний арифметический балл по одному из видов спорта (2 - 3 упражнения)					
II семестр. Женщины.						
№ п/п	Тест	Баллы				
		1	2	3	4	5
Обязательные виды						
1.	Бег 100 м (сек)	18,7	17,9	17,0	16,0	15,7
2.	Бег 2000 м. (мин., с.)					
	вес до 70 кг.	12,15	11,50	11,20	10,50	10,15
	вес > 70 кг.	13,15	12,40	11,55	11,20	10,35
3.	И.п.- лежа, ноги закреплены, руки за головой, поднимание и опускание туловища (раз)	20	30	40	50	60
Виды по выбору						
1.	Прыжки в высоту с разбега (см)	100	105	110	115	120
	или Прыжки в длину с разбега (см)	280	300	325	350	365
2.	Лыжи 3 км (мин., сек)	24,00	22,00	20,00	19,00	18,00
3.	Средний арифметический балл по одному из видов спорта (2 - 3 упражнения)					

Зачетные требования для специального отделения

II семестр. Мужчины.

№ п/п	Тест	Баллы				
		1	2	3	4	5
Обязательные виды						
1.	Бег 100 м (сек)	15,5	14,8	14,3	14,0	13,6
2.	Тест Купера (м)	1950	2200	2400	2600	2800 и >
3.	Подтягивание (раз)					
	вес до 85 кг	3	5	7	9	12
	вес > 85 кг	1	3	5	7	10
Виды по выбору						
1.	Реферат					Оценивает преподаватель

2.	Прыжки в высоту с разбега (см)	120	125	130	135	140
	или					
	Прыжки в длину с разбега (см)	370	390	410	435	460
3.	Толкание ядра (м, см)	6,00	6,50	7,00	7,50	8,00
4.	Лыжи 5 км (мин., сек)	Без учета времени				
5.	Средний арифметический балл по одному из видов спорта (2 - 3 упражнения)					
II семестр. Женщины.						
№	Тест	Баллы				
п/п		1	2	3	4	5
Обязательные виды						
1.	Бег 100 м (сек)	20,0	19,0	18,0	17,0	16,0
2.	Тест Купера (м)	1550	1750	1950	2150	2350 и >
3.	И.п.- лежа, ноги закреплены, руки за головой, поднятие и опускание туловища (раз)	10	20	30	40	50
Виды по выбору						
1.	Реферат	Оценивает преподаватель				
2.	Прыжки в высоту с разбега (см)	95	100	105	110	115
	или					
	Прыжки в длину с разбега (см)	260	280	300	325	350
3.	Лыжи 3 км (мин., сек)	Без учета времени				
4.	Средний арифметический балл по одному из видов спорта (2 - 3 упражнения)					

Зачетные требования по видам спорта основного отделения

I курс мужчины					
Тест	Баллы				
	1	2	3	4	5
Волейбол (из 20 передач) Верхняя передача над собой (h > 2 м.) (раз) Нижняя передача над собой (h > 2 м.) (раз)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
	5	8	12	16	20
	5	8	12	16	20
Настольный теннис (из 20 ударов) Удар "накатом" справа с набрасывания (раз) Удар "накатом" слева с набрасывания (раз)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
	5	7	10	14	18
	5	7	10	14	18
Атлетическая гимнастика Жим штанги лёжа (% от собственного веса) Удержание угла на гимнастической стенке (сек.) или Подъём ног до касания перекладины (раз)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
	55-60	65-70	75-80	85-90	95-100
	2	3	5	7	10
	2	3	5	7	10
Футбол Жонглирование мяча на одной ноге (раз)	10	15	20	25	30
I курс женщины					
Тест	Баллы				
	1	2	3	4	5
Волейбол (из 15 передач) Верхняя передача над собой (h > 2 м.) (раз) Нижняя передача над собой (h > 2 м.) (раз)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
	4	6	9	12	15
	4	6	9	12	15
Настольный теннис (из 15 ударов) Удар "накатом" справа с набрасывания (раз)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
	3	5	7	10	13

Удар "накатом" слева с набрасывания (раз)	3	5	7	10	13
Атлетическая, ритмическая гимнастика	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
И.П. - О.С., наклон вперёд (см.)	0	-4	-8	-12	-16
И.П. - лёжа на полу, руки внизу вдоль туловища, подъём ног до прямого угла (раз)	20	30	40	50	60
Подтягивание в висе лёжа на перекладине h = 90 см. (раз)	4	6	10	16	20

Зачетные требования по видам спорта для специального отделения

I курс мужчины					
Тест	Баллы				
	1	2	3	4	5
Волейбол (из 20 передач)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Верхняя передача над собой (h > 2 м.) (раз)	4	6	10	14	20
Нижняя передача над собой (h > 2 м.) (раз)	4	6	10	14	20
Настольный теннис (из 20 ударов)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Удар "накатом" справа с набрасывания (раз)	4	6	8	12	18
Удар "накатом" слева с набрасывания (раз)	4	6	8	12	18
Атлетическая гимнастика	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Жим штанги лёжа (% от собственного веса)	40-50	51-60	61-70	71-80	90-100
Удержание угла на гимнастической стенке (сек.)	1	2	3	5	10
или					
И.П.-лёжа, руки внизу вдоль туловища, подъём ног до \perp 90° (раз)	20	30	40	50	60
-					
I курс женщины					
Тест	Баллы				
	1	2	3	4	5
Волейбол (из 15 передач)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Верхняя передача над собой (h > 2 м.) (раз)	3	5	8	10	15
Нижняя передача над собой (h > 2 м.) (раз)	3	5	8	10	15
Настольный теннис (из 15 ударов)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Удар "накатом" справа с набрасывания (раз)	2	4	6	8	13
Удар "накатом" слева с набрасывания (раз)	2	4	6	8	13
Атлетическая, ритмическая гимнастика	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
И.П. - О.С., наклон вперёд (см.)	4	0	-4	-8	-16
И.П. - лёжа на полу, руки внизу вдоль туловища, подъём ног до прямого угла (раз)	10	20	30	45	60
Подтягивание в висе лёжа на перекладине h = 90 см. (раз)	2	4	8	12	20

Зачетные требования по видам спорта для основного отделения

II курс. Женщины					
Тест	Баллы				
	1	2	3	4	5
Волейбол (из 15 передач)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Верхняя передача в парах (l = 3 - 4 м.) раз.	4	6	9	12	15
Нижняя передача в парах (l = 3 - 4 м.) раз.	4	6	9	12	15
Настольный теннис (из 15 ударов)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Удар "накатом" справа в парах (раз)	4	6	9	12	15

Удар "накатом" слева в парах (раз)	4	6	9	12	15
Атлетическая, ритмическая гимнастика	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
И.П. - О.С., наклон вперёд (см.)	0	-4	-8	-12	-16
И.П. - лёжа на полу, руки внизу вдоль туловища, подъём ног до прямого угла (раз)	20	30	40	50	60
Подтягивание в висе лёжа на перекладине h = 90 см. (раз)	4	6	10	16	20
II курс. Мужчины					
Тест	Баллы				
	1	2	3	4	5
Волейбол (из 20 передач)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Верхняя передача в парах ($\ell = 3 - 4$ м.) (раз)	5	8	12	16	20
Нижняя передача в парах ($\ell = 3 - 4$ м.) (раз)	5	8	12	16	20
Настольный теннис (из 20 ударов)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Удар "накатом" справа в парах (раз)	5	8	12	16	20
Удар "накатом" слева в парах (раз)	5	8	12	16	20
Атлетическая гимнастика	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Жим штанги лёжа (% от собственного веса)					
Удержание угла 90 градусов на гимнастической стенке (сек.) или	2	3	5	7	10
Подъём ног до касания перекладины (раз)	2	3	5	7	10
Футбол					
Попеременное жонглирование мяча правой, левой ногой (раз)	10	15	20	25	30

Зачетные требования по видам спорта для специального отделения

II курс. Женщины					
Тест	Баллы				
	1	2	3	4	5
Волейбол (из 15 передач)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Верхняя передача в парах ($\ell = 3 - 4$ м.) раз.	3	5	8	10	15
Нижняя передача в парах ($\ell = 3 - 4$ м.) раз.	3	5	8	10	15
Настольный теннис (из 15 ударов)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Удар "накатом" справа в парах (раз)	3	5	8	10	15
Удар "накатом" слева в парах (раз)	3	5	8	10	15
Атлетическая, ритмическая гимнастика	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
И.П. - О.С., наклон вперёд (см.)	4	0	-4	-8	-16
И.П. - лёжа на полу, руки внизу	10	20	30	45	60
Подтягивание в висе лёжа на перекладине h = 90 см. (раз)	2	4	8	12	20
II курс. Мужчины					
Тест	Баллы				
	1	2	3	4	5
Волейбол (из 20 передач)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Верхняя передача в парах ($\ell = 3 - 4$ м.) (раз)	4	6	10	14	20
Нижняя передача в парах ($\ell = 3 - 4$ м.) (раз)	4	6	10	14	20

<u>Настольный теннис</u> (из 20 ударов)	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Удар "накатом" справа в парах (раз)	4	6	10	14	20
Удар "накатом" слева в парах (раз)	4	6	10	14	20
<u>Атлетическая гимнастика</u>	Средний арифметический балл из 2-х упражнений				
Жим штанги лёжа (% от собственного веса)	40-50	51-60	61-70	71-80	91-100
Удержание прямого угла на гимнастической стенке (сек.)	1	2	3	5	10
или					
И.П. - лежа, руки внизу вдоль туловища, поднимание ног до угла 90 градусов (раз)	20	30	40	50	60

3 Комплект оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по итогам изучения учебной дисциплины (модуля)

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Вологодская государственная
молочнохозяйственная академия имени Н.В. Верещагина»

Факультет агрономии и лесного хозяйства

Кафедра физической культуры

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Комплект оценочных материалов для проверки сформированности
компетенции

Критерии оценки: для получения «зачета» необходимо выполнить каждый тест по видам спорта и упражнениям на 1 балл.

**Зачетные требования для основного учебного отделения
Женщины**

Обязательные виды:

1. Бег 2000 м.
2. Прыжки в длину с места.
3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.

Виды по выбору:

1. Подтягивание в висе лежа на перекладине $h=90$ см.
2. Лежа, руки внизу вдоль туловища, подъем ног до угла 90 градусов.
3. Лежа, руки за голову, удержание ног под углом 30-45 градусов.
4. средний арифметический балл по одному из видов спорта (2-3 упражнения)

Зачетные требования для основного учебного отделения. Мужчины. 1, 3, 5 семестр.

Обязательные виды:

1. Бег 3000 м.
2. Прыжки в длину с места.
3. Сгибание рук в упоре лежа на полу.

Виды по выбору:

1. Подтягивание.
2. Подъем прямых ног до касания на перекладине.
3. В висе на гимнастической стенке удержание прямых ног под углом 90 градусов.
4. Средний арифметический балл по одному из видов спорта.

Зачетные требования для основного учебного отделения. Женщины. 2, 4, 6 семестр.

Обязательные виды:

1. Бег 100 м.

2. Кросс 2000 м.
3. Лежа, поднятие туловища

Виды по выбору:

1. Прыжки в высоту с разбега.
2. Прыжки в длину с разбега.
3. Лыжи 3 км.
4. Средний арифметический балл по одному из видов спорта (2-3упражнения)

Зачетные требования для основного учебного отделения. Мужчины. 2, 4, 6 семестр.

Обязательные виды:

1. Бег 100 м.
2. Бег 3000 м.
3. Подтягивания.

Виды по выбору:

1. Прыжки в высоту с разбега.
2. Прыжки в длину с разбега.
3. Лыжи 5 км.
4. Средний арифметический балл по одному из видов спорта (2-3упражнения)

Оценка тестов общей физической, спортивно – технической и профессионально – прикладной подготовленности

Курс	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
I	10	15	18
II	12	18	20
III	15	20	22

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» выставляется студенту, выполнившему тесты не менее чем на оценку «удовлетворительно», и каждый тест не менее чем на 1 балл;
- оценка «не зачтено» выставляется студенту, если тесты выполнены менее чем на оценку «удовлетворительно».

Примеры контрольных работ

Вариант 1

1. Составить комплекс упражнений на развитие плечевого пояса конечностей.
2. Рассказать все об Олимпийских играх.
3. Составить комплекс упражнений развивающих силу.
4. Ведение счета в баскетболе.

Вариант 2.

1. Составить комплекс упражнений, развивающих быстроту.
2. За что назначается персональный и умышленный фол в баскетболе.
3. Правило «либеро» в волейболе.
4. Что относится к легкоатлетическим прыжкам.

Вариант 3

1. Составить комплекс упражнений, развивающих гибкость.
2. Когда и за что в баскетболе дается штрафной бросок.
3. Замена игроков в волейболе.
4. Выбор лыж для классических ходов.

Вариант 4

1. Составить комплекс упражнений, развивающих выносливость.
2. Выбор лыж для коньковых ходов.
3. Ведение счета в настольном теннисе.
4. Когда дается свободный удар в футболе.

Критерии оценки:

- Оценка «зачтено» выставляется если более 50% ответа на вопрос правильные
- Оценка «не зачтено» если правильными являются менее 50% ответа.

Студенты, занимающиеся по дисциплине «Физическая культура» в основном, спортивном и специальном отделениях и освоившие учебную программу, в каждом семестре выполняют зачетные требования по физической культуре с соответствующей записью в зачетной книжке студента («зачтено»).

Критерием успешности освоения учебного материала является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий, знаний теоретического раздела программы и выполнение установленных на данный семестр тестов общей физической и спортивно-технической подготовки для отдельных групп различной спортивной направленности.

Перечень требований и тестов по каждому разделу, их оценки в баллах разрабатывается кафедрой физического воспитания и охватывает их общую физическую, спортивно-техническую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, а также уровень теоретических знаний.

В каждом семестре студенты выполняют не более 5 тестов, включая три обязательных теста контроля общей физической подготовленности в каждом полугодии.

Суммарная оценка выполнения тестов общей физической и спортивно-технической подготовленности определяется суммой баллов, набранных во время всех тестов, при условии выполнения каждого из них не ниже, чем на один балл.

Фонд оценочных средств составлен в соответствии с требованиями ФГОС ВО и с учетом рекомендаций ОПОП ВО по направлению подготовки 35.03.06 Агроинженерия.

Разработчики: доктор сельхоз. наук, профессор Дружинин Ф.Н.

Фонд оценочных средств одобрен на заседании кафедры физической культуры 20 июня 2023 года, протокол № 10.

Зав. кафедрой: доктор сельхоз. наук, профессор Дружинин Ф.Н.