Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 09.06.2025 08:44:49
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Самарский государственный социально-педагогический университет»
Кафедра физического воспитания и спорта

Утверждаю
Проректор по учебно-методической
работе и качеству образования
_____ Н.Н. Кислова

Богомолова Елена Александровна

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Технологии спортивной тренировки в фитнес-аэробике»

Направление подготовки:
49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация выпускника
бакалавр

Рассмотрено
Протокол № 10 от 27.05.2025
Заседания кафедры физического воспитания и спорта

Одобрено
Начальник Управления
образовательных программ
_____ Н.А. Доманина

Самара 2025

Пояснительная записка

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) для промежуточной аттестации по дисциплине «Технологии спортивной тренировки в фитнес-аэробике» разработан в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура. Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 940, основной профессиональной образовательной программой по направлению подготовки: 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта с учетом требований профессионального стандарта «Тренер», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 г. № 362н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 мая 2023 г., регистрационный № 73442); профессионального стандарта «01.003 Педагог дополнительного образования детей и взрослых», приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации №652-н от 22.09.2021 г. (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021г., регистрационный №66403).

Цель ФОС для промежуточной аттестации – установление уровня сформированности части компетенции:
способен осуществлять тренировочный процесс спортивной подготовки (ПК-2).

Задачи ФОС для промежуточной аттестации - контроль качества и уровня достижения образовательных результатов по формируемым в соответствии с учебным планом компетенциям:

ПК-2. Способен осуществлять тренировочный процесс спортивной подготовки

Результаты обучения:

Знает:

- этапы спортивной подготовки в фитнес-аэробике;
- технологию планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в фитнес-аэробике;
- показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике;
- технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей.

Знает:

- правила соревнований по фитнес-аэробике;
- виды соревнований в фитнес-аэробике;
- состав судейской коллегии по фитнес-аэробике и функции отдельных спортивных судей.

Требование к процедуре оценки:
Помещение: особых требований нет.
Оборудование: особых требований нет
Инструменты: особых требований нет
Расходные материалы: бумага А-4, ручка.
Доступ к дополнительным справочным материалам: не предусмотрен.
Нормы времени: 45 мин.

Комплект оценочных средств для проведения промежуточной аттестации
1 семестр изучения

Проверяемая компетенция ПК-2:
способен осуществлять тренировочный процесс спортивной подготовки
Проверяемый индикатор достижения компетенции ПК-2.1:
обеспечивать организацию учебно-методического сопровождения спортивной тренировки в избранном виде спорта.
Проверяемые результаты обучения:
Знает:

- этапы спортивной подготовки в фитнес-аэробике;
- технологию планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в фитнес-аэробике;
- показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике;
- технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей.

Тип (форма) задания № 1: письменная работа
Пример типового задания (оценочные материалы) № 1:
Раскройте суть вопроса предложенного в задании.

Полный перечень вопросов для проверки образовательных результатов индикатора ПК-2.1 представлен в разделе «Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации».

Оценочный лист к типовому заданию

Результаты обучения	Проверяемые критерии	Шкала оценивания		
		Недостаточно достигнуты	Частично достигнуты	Достигнуты в полном объеме
Знает: - этапы спортивной подготовки в фитнес-аэробике; - технологию планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в фитнес-	Обучающийся продемонстрировал глубокие знания основных документов планирования, методического обеспечения тренировочного	1-5	6-12	13-15

аэробике; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике; - технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей.	и образовательного процессов. Ответил на все дополнительные вопросы.			

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

Примерные вопросы к заданию № 1 для проверки результатов обучения индикатора ПК-2.1:

1. Перечислите этапы спортивной подготовки в фитнес-аэробике и на примере одного из них раскройте его суть.
2. Распишите алгоритм планирования многолетнего процесса спортивной тренировки.
3. Перечислите показатели характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия фитнес-аэробики.
4. Перечислите принципы физкультурно-спортивной деятельности и на примере одного из них раскройте его суть.
5. Раскройте суть понятия – «Оздоровительный эффект физической тренировки».
6. Перечислите способы управления нагрузкой в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики, для возрастной категории занимающихся на Ваш выбор.

Критерии оценивания:

15 - баллов – в письменной работе ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно и не требуют дополнительных пояснений, полно раскрываются причинно-следственные связи между явлениями и событиями, делаются обоснованные выводы, соблюдаются нормы литературной речи, демонстрируется аналитический подход в освещение проанализированы педагогические фактов, явлений и процессов, приведены убедительные примеры, на все дополнительные вопросы даны исчерпывающие ответы. Обучающийся продемонстрировал высокий уровень освоения теоретического материала.

14 - 13 баллов – в письменной работе ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно, но требуют дополнительных пояснений, полно раскрываются причинно-следственные связи между явлениями и событиями, делаются обоснованные выводы, соблюдаются нормы литературной речи, демонстрируется аналитический подход в освещение проанализированы педагогические фактов, явлений и процессов, приведены убедительные примеры, на все дополнительные вопросы даны исчерпывающие ответы. Обучающийся продемонстрировал высокий уровень освоения теоретического материала.

12 - 11 баллов – в письменной работе ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно, но требуют дополнительных пояснений, полно раскрываются причинно-следственные связи между явлениями и событиями, частично делаются обоснованные выводы, соблюдаются нормы литературной речи, демонстрируется аналитический подход в освещение проанализированы педагогические фактов, явлений и процессов, приведены убедительные примеры, на все дополнительные вопросы даны исчерпывающие ответы. Обучающийся продемонстрировал продвинутый уровень освоения теоретического материала.

10 - 6 баллов – в письменной работе ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно, но требуют дополнительных пояснений, частично раскрываются причинно-следственные связи между явлениями и событиями, частично делаются обоснованные выводы, соблюдаются нормы литературной речи, демонстрируется аналитический подход в освещение проанализированы педагогические фактов, явлений и процессов, приведены убедительные примеры, на все дополнительные вопросы даны исчерпывающие ответы. Обучающийся продемонстрировал продвинутый уровень освоения теоретического материала.

5 - 3 баллов – в письменной работе ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно, но требуют дополнительных пояснений, частично раскрываются причинно-следственные связи между явлениями и событиями, частично делаются обоснованные выводы, частично соблюдаются нормы литературной речи, демонстрируется аналитический подход в освещение проанализированы педагогические фактов, явлений и процессов, не приведены убедительные примеры, на все дополнительные вопросы даны ответы. Обучающийся продемонстрировал пороговый уровень освоения теоретического материала.

2 - 1 баллов – в письменной работе ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно, но требуют дополнительных пояснений, частично раскрываются причинно-следственные связи между явлениями и событиями, частично делаются обоснованные выводы, частично соблюдаются нормы литературной речи, не демонстрируется аналитический подход в освещение проанализированы педагогические фактов, явлений и процессов, не приведены убедительные примеры, не на все дополнительные вопросы даны ответы. Обучающийся продемонстрировал пороговый уровень освоения теоретического материала.

2 семестр изучения

Проверяемая компетенция ПК-2:

способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.

Проверяемый индикатор достижения компетенции ПК-2.3:

формирует навыки соревновательной деятельности в соответствии с программой спортивной подготовки

Проверяемые результаты обучения:

Знает:

- правила соревнований по фитнес-аэробике;
- виды соревнований в фитнес-аэробике;

- состав судейской коллегии по фитнес-аэробике и функции отдельных спортивных судей.

Тип (форма) задания № 2: письменная проверочная работа

Пример типового задания (оценочные материалы) № 2:

Раскройте суть вопроса предложенного в задании.

Полный перечень вопросов для проверки образовательных результатов индикатора ПК-2.3 представлен в разделе «Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации».

Оценочный лист к типовому заданию

Результаты обучения	Проверяемые критерии	Шкала оценивания		
		Недостаточно достигнуты	Частично достигнуты	Достигнуты в полном объеме
Знает: - правила соревнований по фитнес-аэробике; - виды соревнований в фитнес-аэробике; - состав судейской коллегии по фитнес-аэробике и функции отдельных спортивных судей.	Обучающийся продемонстрировал глубокие знания основ организации и судейства соревнований в избранном виде спорта. Привел убедительные примеры. Ответил на все дополнительные вопросы.	1-5	6-12	13-15

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

Примерные вопросы к заданию № 2 для проверки результатов обучения индикатора ПК- 2.3:

1. Перечислите виды соревнований и на примере одного из них дайте его характеристику.
2. Опишите свой опыт судейства соревнований.
3. Перечислите нормы и правила безопасности при организации соревнования по фитнес-аэробике.
4. Опишите основные правила соревнования по фитнес-аэробике.
5. Перечислите состав судейской коллегии и распишите алгоритм действия по Вашему выбору одного из спортивных судей.
6. Разработайте положение о соревновании по фитнес-аэробике.
7. Разработайте сценарии спортивно-массового мероприятия с использованием средств фитнес-аэробики.
8. Перечислите этапы организации соревнования по фитнес-аэробике и разработайте план по его организации.

Критерии оценивания:

15 - баллов – в письменной работе ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно и не требуют дополнительных пояснений, полно раскрываются причинно-следственные связи между явлениями и событиями, делаются обоснованные выводы, соблюдаются нормы литературной речи, демонстрируется аналитический подход в освещение проанализированы педагогические фактов, явлений и процессов, приведены убедительные примеры, на все дополнительные вопросы даны исчерпывающие ответы. Обучающийся продемонстрировал высокий уровень освоения теоретического материала.

14 - 13 баллов – в письменной работе ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно, но требуют дополнительных пояснений, полно раскрываются причинно-следственные связи между явлениями и событиями, делаются обоснованные выводы, соблюдаются нормы литературной речи, демонстрируется аналитический подход в освещение проанализированы педагогические фактов, явлений и процессов, приведены убедительные примеры, на все дополнительные вопросы даны исчерпывающие ответы. Обучающийся продемонстрировал высокий уровень освоения теоретического материала.

12 - 11 баллов – в письменной работе ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно, но требуют дополнительных пояснений, полно раскрываются причинно-следственные связи между явлениями и событиями, частично делаются обоснованные выводы, соблюдаются нормы литературной речи, демонстрируется аналитический подход в освещение проанализированы педагогические фактов, явлений и процессов, приведены убедительные примеры, на все дополнительные вопросы даны исчерпывающие ответы. Обучающийся продемонстрировал продвинутый уровень освоения теоретического материала.

10 - 6 баллов – в письменной работе ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно, но требуют дополнительных пояснений, частично раскрываются причинно-следственные связи между явлениями и событиями, частично делаются обоснованные выводы, соблюдаются нормы литературной речи, демонстрируется аналитический подход в освещение проанализированы педагогические фактов, явлений и процессов, приведены убедительные примеры, на все дополнительные вопросы даны исчерпывающие ответы. Обучающийся продемонстрировал продвинутый уровень освоения теоретического материала.

5 - 3 баллов – в письменной работе ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно, но требуют дополнительных пояснений, частично раскрываются причинно-следственные связи между явлениями и событиями, частично делаются обоснованные выводы, частично соблюдаются нормы литературной речи, демонстрируется

аналитический подход в освещение проанализированы педагогические фактов, явлений и процессов, не приведены убедительные примеры, на все дополнительные вопросы даны ответы. Обучающийся продемонстрировал пороговый уровень освоения теоретического материала.

2 - 1 баллов – в письменной работе ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно, но требуют дополнительных пояснений, частично раскрываются причинно-следственные связи между явлениями и событиями, частично делаются обоснованные выводы, частично соблюдаются нормы литературной речи, не демонстрируется аналитический подход в освещение проанализированы педагогические фактов, явлений и процессов, не приведены убедительные примеры, не на все дополнительные вопросы даны ответы. Обучающийся продемонстрировал пороговый уровень освоения теоретического материала.