Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 09.06.2025 08:53:34
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
«Аэробика в спортивной подготовке»

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 «Аэробика в спортивной подготовке» 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:

ПК-4 Способен преподавать по дополнительным общеобразовательным программам в сфере физической культуры и спорта

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

ПК-4 Способен преподавать по дополнительным общеобразовательным программам в сфере физической культуры и спорта

Результаты обучения:

Знает: средства и методы аэробики.

Умеет:

- подбирать средства и методы аэробики в соответствии с индивидуальными особенностями занимающегося;
- применять средства и методы аэробики в тренировочном процессе в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями занимающегося.

Требование к процедуре оценки:

Помещение: спортивный зал

Оборудование: особых требований нет

Инструменты: особых требований нет

Расходные материалы: не предусмотрены.

Доступ к дополнительным справочным материалам: не предусмотрен.

Нормы времени: 30 мин.

Комплект оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

ПК-4: Способен преподавать по дополнительным общеобразовательным программам в сфере физической культуры и спорта

ПК-4.1: Обеспечивает учебно-методическое сопровождение по дополнительным общеобразовательным программам в сфере физической культуры и спорта

Проверяемые результаты обучения:

Знает: средства и методы аэробики.

Тип (форма) задания: устный ответ на вопрос

Пример типового задания (оценочные материалы):

Перечислите базовые шаги аэробики

Полный перечень вопросов для проверки образовательных результатов индикатора ПК-4.1 представлен в разделе «Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации».

Оценочный лист к типовому заданию № 1

Результаты обучения	Проверяемые критерии	Шкала оценивания		
		Недостаточно достигнуты	Частично достигнуты	Достигнуты в полном объеме
Знает: средства и методы аэробики	Ответ структурирован. Продемонстрированы глубокие знания: техники выполнения базовых шагов аэробики: техники выполнения упражнений силовой направленности и упражнений стретчинга; применения средств аэробики в различных частях тренировочного занятия и методы проведения и соединения их в связки и комплексы.	1-2	3-4	5

ПК-4: Способен преподавать по дополнительным общеобразовательным программам в сфере физической культуры и спорта

ПК-4.2 Осуществляет педагогическую деятельность, направленную на освоение дополнительных общеобразовательных программ детей и взрослых в сфере физической культуры и спорта

Проверяемые результаты обучения:

Умеет:

- подбирать средства и методы аэробики в соответствии с индивидуальными особенностями занимающегося;
- применять средства и методы аэробики в тренировочном процессе в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями занимающегося.

Тип (форма) задания: письменная работа

Пример типового задания:

Разработайте основную часть тренировочного занятия избранного вида спорта, в рамках ОФП, используя структуру занятия, средства и методы аэробики, для детей начальной подготовки.

Полный перечень заданий для проверки образовательных результатов индикатора ПК-4.2 представлен в разделе «Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации».

Оценочный лист к типовому заданию № 2

Результаты обучения	Проверяемые критерии	Шкала оценивания		
		Недостаточно достигнуты	Частично достигнуты	Достигнуты в полном объеме
Умеет: - подбирать средства и методы аэробики в соответствии с индивидуальными особенностями занимающегося; - применять средства и методы аэробики в тренировочном процессе в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями занимающегося.	Работа выполнена в полном объеме. Конспект основной части занятия соответствует типовой структуре. В конспекте прописаны: метод соединения связок и упражнений, дозировка, методические рекомендации для каждого упражнения. Представленные комплексы упражнений аэробики, учитывают индивидуальные особенности, физические способности и функциональное состояние обучающихся.	1-3	4-7	8-10

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

Примерные вопросы задания № 1 для проверки образовательных результатов индикатора ПК-4.1:

1. Перечислите базовые шаги аэробики со сменой лидирующей ноги.
2. Перечислите базовые шаги аэробики без сменой лидирующей ноги.
3. Перечислите методы соединения базовых шагов аэробики в связки и
4. Расскажите о методе «Соединения».
5. Расскажите о методе «Добавления».
6. Расскажите о методе «Линейный».
7. Расскажите о методе «Фристайл».
8. Перечислите средства, которые применяются в подготовительной части занятия, в чем их особенность.
9. Перечислите средства, которые применяются в основной части занятия, в чем их особенность.
10. Перечислите средства, которые применяются в заключительной части занятия, в чем их особенность.
11. Расскажите о подготовительной части занятия аэробикой (структура, зона воздействия и направленность упражнений)
12. Расскажите об основной части занятия аэробикой (структура, зона воздействия и направленность упражнений).
13. Расскажите о подготовительной части занятия аэробикой (структура, зона воздействия и направленность упражнений).

Критерии оценивания задания № 1

5 баллов – ответ структурирован, продемонстрировано глубокое знание все основных положений по данной теме, приведены примеры, что свидетельствует о понимании сущности данного вопроса. Обучающийся показал высокий уровень освоения теоретического материала.

3-4 балла – ответ структурирован, продемонстрировано глубокое знание все основных положений по данной теме, допущены неточности. Обучающийся показал продвинутый уровень освоения теоретического материала.

1-2 балла – продемонстрировано знание все основных положений по данной теме, (допустимо 2-3 грубые ошибки). Обучающийся показал пороговый уровень освоения теоретического материала.

Примерное задание № 2 для проверки образовательных результатов индикатора ПК-4.2:

1. Разработайте основную часть тренировочного занятия, избранного вида спорта, используя средства и методы аэробики (на развитие силы/ выносливости/ гибкости), для занимающихся в группах начальной подготовки.
2. Разработайте основную часть тренировочного занятия, избранного вида спорта, используя средства и методы аэробики (на развитие силы/ выносливости/ гибкости), для занимающихся в группах спортивного совершенствования.

Требования к практическому заданию:

Материалы практического задания должны включать содержание аэробной части: содержание силовой части, дозировку каждого упражнения, методические рекомендации для каждого упражнения. Материалы представлены в виде структурированного плана-конспекта.

Критерии оценивания задания № 2:

10-8 баллов – Оформление конспекта основной части занятия в полном объеме отвечает предъявляемым требованиям к оформлению. Основная часть состоит из аэробной и силовой и отвечает требованиям структуры занятия. Представленные комплексы упражнений в полном объеме направлены на развитие физических качеств, требуемых для данного вида спорта. Упражнения и их дозировка в полном объеме учитывает физические способности и функциональное состояние обучающихся. В конспекте в полном объеме отражены методические рекомендации для каждого упражнения. Представленные комплексы упражнений в полном объеме учитывают специальную подготовку в избранном виде спорта. Упражнения и методические рекомендации подобранны в соответствии с методикой физической культуры и спорта. Поставленные задачи тренировочного занятия в полном объеме учитывают принципы и методы физической культуры и спорта. Обучающийся показал высокий уровень освоения практического и теоретического материала.

7-4 балла - Оформление конспекта основной части занятия в основном отвечает предъявляемым требованиям к оформлению. Основная часть состоит из аэробной и силовой и отвечает требованиям структуры занятия. В конспекте в основном отражены методы соединения движений в связки. Упражнения записаны в правильной последовательности в соответствии с логикой построения комплексов, но имеются отдельные недостатки. В основном запись каждого упражнения отвечает требованиям терминологии. Представленные комплексы упражнений в основном направлены на развитие физических качеств, требуемых для данного вида спорта. Упражнения и их дозировка в основном учитывает физические способности и функциональное состояние обучающихся. В конспекте в основном отражены методические рекомендации для каждого упражнения. Представленные комплексы упражнений в основном учитывают специальную подготовку в избранном виде спорта. Упражнения и методические рекомендации в основном подобранны в соответствии с методикой физической культуры и спорта. Поставленные задачи тренировочного занятия в основном учитывают принципы и методы физической культуры и спорта. Обучающийся показал продвинутый уровень освоения практического и теоретического материала.

1-3 балла - Оформление конспекта основной части занятия частично отвечает предъявляемым требованиям к оформлению. Основная часть состоит из аэробной и силовой и отвечает требованиям структуры занятия, но имеются отдельные недостатки. В конспекте частично отражены в методы соединения движений в связки. Упражнения записаны в правильной последовательности в соответствии с логикой построения комплексов, но имеются отдельные недостатки. Запись каждого упражнения частично отвечает требованиям терминологии. Представленные комплексы упражнений в частично направлены на развитие физических качеств, требуемых для данного вида спорта. Упражнения и их дозировка частично учитывает физические способности и функциональное состояние обучающихся. В конспекте частично отражены методические рекомендации для каждого упражнения. Представленные комплексы упражнений частично учитывают специальную подготовку в избранном виде спорта. Упражнения и методические рекомендации частично подобранны в соответствии с методикой физической культуры и спорта. Поставленные задачи тренировочного занятия частично учитывают принципы и методы физической культуры и спорта. Обучающийся показал пороговый уровень освоения практического и теоретического материала.