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

Лапина Наталья Михайловна

# ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Аква-аэробика»

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 «Аква-аэробика» 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-4.1 Обеспечивает учебно-методическое сопровождение по дополнительным общеобразовательным программам в сфере физической культуры и спорта

Знает:

- общую характеристику и оздоровительное значение аква-аэробики;
- средства аква-аэробики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности.

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

Умеет: осуществлять педагогическую деятельность по общеобразовательным программам при проведении занятий по аква-аэробике.

Имеет опыт: самостоятельно проводить занятия по аква-аэробике с различным контингентом занимающихся.

Требование к процедуре оценки: Помещение: особых требований нет

Расходные материалы: нет

Доступ к дополнительным справочным материалам: не предусмотрен

Нормы времени: 60 мин

Проверяемая (ые) компетенция:

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

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

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

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Знает:

- общую характеристику и оздоровительное значение аква-аэробики;
- средства аква-аэробики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности.

Тип (форма) задания: письменная проверочная работа

Пример типовых заданий (оценочные материалы): ответить на один выбранный вопрос в письменном виде.

1. Что такое аква-аэробика? Специфические особенности выполнения физических упражнений в воде.
2. Оздоровительное значение аква-аэробики
3. Характерные особенности проведения аква-аэробики в глубоком бассейне
4. Характерные особенности проведения аква-аэробики в мелком бассейне
5. Поддерживающие приспособления для занятий аква-аэробикой
6. Приспособления, увеличивающие сопротивление воды на занятиях по аква-аэробике
7. Силовые тренажеры, используемые в аква-аэробике
8. Музыкальное обеспечение занятий аква-аэробикой
9. Упражнения для освоения в водной среде, как одно средств аква-аэробики
10. Упражнения для освоения и совершенствования навыка плавания, как одно средств аква-аэробики
11. Игры на воде, как одно из средств аква-аэробики с детьми дошкольного и младшего школьного возраста
12. Упражнения для развития силовых способностей на занятиях аква-аэробикой
13. Упражнения для развития гибкости на занятиях аква-аэробикой
14. Упражнения аэробной направленности на занятиях аква-аэробикой
15. Упражнения на расслабление на занятиях по аква-аэробике

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

| Компетенции | Результаты обучения | Формальные признаки сформированности компетенций | Шкала оценивания |
|---|---|---|---|
| ПК-4.1 Обеспечивает учебно-методическое сопровождение по дополнительным общеобразовательным | Знает:<br>- общую характеристику и оздоровительное значение аква-аэробики; | Пороговый уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема вопроса. | 5 |
| | | Продвинутый уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично | 10 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| программам в сфере физической культуры и спорта | - средства аква-аэробики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности. | раскрыта тема. Осуществлено объяснение фактов | |
| | | Высокий уровень: на выбранный вопрос представлен полный логичный ответ, методология анализа, раскрытие темы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей | 15 |

Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):

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

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

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

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Умеет: осуществлять педагогическую деятельность по общеобразовательным программам при проведении занятий по аква-аэробике.

Имеет опыт: самостоятельно проводить занятия по аква-аэробике с различным контингентом занимающихся.

Тип (форма) задания: письменная проверочная работа

Пример типовых заданий 2 (оценочные материалы): ответить на один выбранный вопрос в письменном виде.

1. Структура и содержание занятия по аква-аэробике
2. Составление программы занятий по аква-аэробике (вариативность основных физических упражнений; дозирование физической нагрузки)
3. Планирование тренировочного процесса (объем и интенсивность нагрузки; построение тренировочного цикла, частота тренировочных занятий в неделю)
4. Врачебный контроль и самоконтроль за состоянием здоровья и уровнем подготовленности занимающихся
5. Комплектование учебных групп для занятий аква-аэробикой
6. Особенности занятий аква-аэробикой с детьми
7. Особенности занятий аква-аэробикой с мужчинами
8. Особенности занятий аква-аэробикой для людей с различными типами телосложения
9. Особенности занятий аква-аэробикой для женщин с избыточным весом
10. Особенности занятий аква-аэробикой для будущих мам
11. Реабилитационная аква-аэробика
12. Аква-аэробика для пожилых людей
13. Спортивная аква-аэробика
14. Техника безопасности при проведении занятий по аква-аэроибке
15. Классификация занятий аква-аэробикой по направленности физической нагрузки

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

| Компетенции | Результаты обучения | Формальные признаки сформированности компетенций | Шкала оценивания |
|---|---|---|---|
| ПК-4.2 Осуществляет педагогическую деятельность, направленную на освоение дополнительных общеобразовательных программ детей и взрослых в сфере физической культуры и спорта | Умеет: осуществлять педагогическую деятельность по общеобразовательным программам при проведении занятий по аква-аэробике. Имеет опыт: самостоятельно проводить занятия по аква-аэробике с различным контингентом занимающихся. | Пороговый уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема вопроса. | 5 |
| | | Продвинутый уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема. Осуществлено объяснение фактов | 10 |
| | | Высокий уровень: на выбранный вопрос представлен полный логичный ответ, методология анализа, раскрытие темы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей | 15 |

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

Для проверки результатов обучения проводится письменная работа, состоящая из двух заданий. Задания можно выполнять в любой последовательности.

1 задание состоит из 15 вопросов. Каждый обучающийся сам выбирает один вопрос и письменно отвечает на него в течении 15 минут. Обучающийся раскрывает основную сущность вопроса, дает развернутый лаконичный ответ, используя правильную терминологию.

2 задание состоит из 15 вопросов. Каждый обучающийся сам выбирает один вопрос и письменно отвечает на него в течении 15 минут. Обучающийся раскрывает основную сущность вопроса, дает развернутый лаконичный ответ, используя правильную терминологию.

За каждые из 2-х выполненных заданий начисляются баллы в соответствии с критериями, прописанными в оценочном листе. Затем баллы суммируются и определяется уровень знаний по предложенной ниже таблице.

Итоговая оценка ФОС по дисциплине «Аква-аэробика»

| Типы заданий | Пороговый уровень | Продвинутый уровень | Высокий уровень |
|---|---|---|---|
| Задание № 1 | 5 | 10 | 15 |
| Задание № 2 | 5 | 10 | 15 |
| Общий балл | 10 | 20 | 30 |