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

Марьина Наталия Владиславовна

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
Для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Теория и методика легкой атлетики»

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 «Теория и методика легкой атлетики» 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

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

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

ОПК-3.1. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Знает:

- историю и современное состояние легкой атлетики, ее место и значение в физической культуре, науке и образовании;
- значение и виды легкой атлетики как базового вида спорта;
- терминологию легкой атлетики;
- основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты));
- методики обучения технике легкоатлетических упражнений;
- методики развития физических качеств средствами легкой атлетики;
- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой;
- правила и организацию соревнований в легкой атлетике.

ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Умеет:

- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по легкой атлетике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;
- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач;
- использовать в своей деятельности терминологию легкой атлетики;
- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике;
- использовать средства легкой атлетики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для избранного вида спорта) использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств легкой атлетики;
- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств легкой атлетики,
- оценивать качество выполнения упражнений в легкой атлетике и определять ошибки в технике;
- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в легкой атлетике, подбирать приемы и средства для их устранения;
- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по легкой атлетике.

ОПК-3.3. Имеет опыт проведения занятия и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Имеет опыт:

- проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;
- владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнение контрольных нормативов;
- проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося;
- участия в судействе соревнования по легкой атлетике;
- проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура» раздел «Легкая атлетика».

Требование к процедуре оценки:

Помещение: особых требований нет

Оборудование: особых требований нет

Инструменты: особых требований нет
Расходные материалы: особых требований нет
Доступ к дополнительным справочным материалам: не предусмотрен
Нормы времени: 30 мин.
Проверяемая компетенция:
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.
ОПК-3.1. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:
Знает:
- историю и современное состояние легкой атлетики, ее место и значение в физической культуре, науке и образовании;
- значение и виды легкой атлетики как базового вида спорта;
- терминологию легкой атлетики;
- основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты));
- методики обучения технике легкоатлетических упражнений;
Тип (форма) задания: письменная проверочная работа
Пример типового задания 1 (оценочные материалы):
Ответить на один выбранный вопрос в письменном виде.
1. Определение понятия «легкая атлетика». Классификация легкоатлетических упражнений.
2. Возникновение легкой атлетики. Легкая атлетика в Древней Греции.
3. Место и значение легкой атлетики в российской системе физического воспитания.
4. Легкая атлетика в общеобразовательной школе.
5. Типовая схема обучения технике легкоатлетических упражнений.
6. Особенности обучения легкоатлетических видов на занятиях с детьми различных школьных возрастов.
7. Основы техники метаний легкоатлетических снарядов.
8. Основы техники прыжков и метаний.
9. Основы техники прыжков в высоту и длину с разбега.
10. Основы техники спортивной ходьбы и бега.
11. Анализ техники бега на длинные дистанции.
12. Анализ техники толкания ядра.
13. Анализ техники тройного прыжка с разбега.
14. Анализ техники спортивной ходьбы, методика обучения.
15. Анализ техники бега на короткие дистанции.
16. Анализ техники прыжка в длину способом «ножницы».
17. Анализ техники бега на средние дистанции.
18. Анализ техники эстафетного бега.
19. Анализ техники метания малого мяча.
20. Анализ техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».
21. Особенности техники бега по пересеченной местности.
22. Анализ техники бега на 100 – 110 м с барьерами.
23. Анализ техники метания копья.
24. Анализ техники метания гранаты.
25. Анализ техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».
26. Анализ техники прыжка в длину с места
27. Анализ техники встречной эстафеты.
Оценочный лист к типовому заданию

Компетенции	Результаты обучения	Формальные признаки сформированности компетенций	Шкала оценивания
ОПК-3 Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной	Знает: - историю и современное состояние легкой атлетики, ее место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды легкой атлетики как базового вида спорта; - терминологию легкой атлетики; - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега,	Пороговый уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема вопроса. Ошибки в терминологии	5
		Продвинутый уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема. Мелкие ошибки в терминологии.	10

деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.	прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений;	Высокий уровень: на выбранный вопрос представлен полный логичный ответ, методология анализа, раскрытие темы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей.	15

Проверяемые компетенции:

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

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.1. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Знает:

- методики обучения технике легкоатлетических упражнений;
- методики развития физических качеств средствами легкой атлетики;
- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой;

Тип (форма) задания: письменная проверочная работа

Пример типового задания 1 (оценочные материалы):

Ответить на один выбранный вопрос в письменном виде.

1. Средства обучения легкой атлетике (общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения)
2. Методика обучения технике бега на короткие дистанции.
3. Методика обучения технике бега на длинные дистанции
4. Методика обучения технике эстафетного бега.
5. Методика обучения технике встречной эстафеты.
6. Методика обучения технике метания мяча.
7. Методика обучения технике метания гранаты.
8. Методика обучения технике метания копья.
9. Методика обучения технике толкания ядра.
10. Методика обучения технике прыжка в длину с места.
11. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание»
12. Методика обучения технике прыжка в длину способ «согнув ноги»
13. Методика развития силовых способностей средствами легкой атлетики
14. Методика развития выносливости средствами легкой атлетики.
15. Методика развития быстроты средствами легкой атлетики.
16. Методика развитие координационных способностей средствами легкой атлетики
17. Методика развития скоростных способностей средствами легкой атлетики
18. Методы контроля и тесты для определения физической и технической подготовленности учащихся.

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Компетенции	Результаты обучения	Формальные признаки сформированности компетенций	Шкала оценивания
ОПК-3.1. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке	- методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой;	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

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

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

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Умеет:

- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по легкой атлетике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;
- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач;
- использовать в своей деятельности терминологию легкой атлетики;
- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике;
- использовать средства легкой атлетики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для избранного вида спорта) использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств легкой атлетики;
- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств легкой атлетики,
- оценивать качество выполнения упражнений в легкой атлетике и определять ошибки в технике;
- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в легкой атлетике, подбирать приемы и средства для их устранения;
- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по легкой атлетике.

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.3. Имеет опыт проведения занятия и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Имеет опыт:

- проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;
- владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнение контрольных нормативов;
- проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося;
- участия в судействе соревнования по легкой атлетике;
- проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура» раздел «Легкая атлетика».

Тип (форма) задания: письменная проверочная работа

Пример типовых заданий 2 (оценочные материалы):

Разработать в соответствии с общепринятыми требованиями к структуре и терминологии конспект урока по дисциплине «Теория и методика легкой атлетики» (решение образовательных и оздоровительных задач). Тема конспекта на выбор:

1. Обучение бегу по прямой.
2. Обучение высокому старту, старту с опорой на одну руку, низкому старту.
3. Обучение бегу по повороту.
4. Обучение финишированию.
5. Обучение бегу на короткие дистанции в целом.
6. Обучение передачи эстафетной палочки на месте.
7. Обучение передачи эстафетной палочки в 20-метровой зоне передачи.
8. Обучение передачи эстафетной палочки на максимальной скорости.
9. Обучение эстафетному бегу в целом.
10. Обучение встречной эстафеты.
11. Обучение держанию и выбрасыванию мяча, финальному усилию.
12. Обучение скрестному шагу и отведению в метании мяча.
13. Обучение метанию мяча в целом.
14. Обучение держанию и выбрасыванию гранаты, финальному усилию.
15. Обучение метанию гранаты в целом.
16. Обучение метанию копья в целом.
17. Обучение держанию и выбрасыванию копья, финальному усилию.
18. Обучение держанию и выталкиванию ядра, финальному усилию.
19. Обучение скачкообразному разбегу толкании ядра.
20. Обучение толканию ядра в целом.
21. Обучение отталкиванию и разбегу в сочетании с отталкиванием в прыжке в длину с разбега
22. Обучение полету и приземлению в прыжке в длину с разбега способом «согнув ноги»

23. Обучение прыжку в длину с разбега в целом.
24. Обучение прыжку в длину с места.
25. Обучение отталкиванию и разбегу в сочетании с отталкиванием в прыжке в высоту способом «перешагивание»
26. Обучение полету и приземлению в прыжке в высоту способом «перешагивание»
27. Обучение прыжку высоту способом «перешагивание» в целом.
28. Обучение бегу на средние и длинные дистанции в целом.

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Компетенции	Результаты обучения	Формальные признаки сформированности компетенций	Шкала оценивания
ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.	Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по легкой атлетике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию легкой атлетики; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике; - использовать средства легкой атлетики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для избранного вида спорта) использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств легкой атлетики; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств легкой атлетики, - оценивать качество выполнения упражнений в легкой атлетике и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в легкой атлетике, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по легкой атлетике.	Пороговый уровень: задачи урока сформулированы некорректно; конспект урока составлен методически грамотно, представлено менее 5 упражнений в основной части урока, упражнения описаны не последовательно с нарушением терминологии, не даны методические и организационные указания, не указан возраст занимающихся, не использован дополнительный инвентарь	10
		Продвинутый уровень: задачи урока сформулированы соответственно теме, конспект урока составлен методически грамотно, представлено 10 и более упражнений в основной части урока, упражнения описаны последовательно с нарушением терминологии; даны организационные указания, не даны методические указания .	15
		Высокий уровень: задачи сформулированы соответственно теме урока, конспект урока составлен методически грамотно, представлено более 12 упражнений в основной части урока, упражнения описаны последовательно с использованием легкоатлетической терминологией; даны организационные и методические указания.	20
ОПК-3.3. Имеет опыт проведения занятия и физкультурно-спортивных	Имеет опыт: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов,		

мероприятий с использованием средств, методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.	функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнение контрольных нормативов; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура» раздел «Легкая атлетика».		

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 27 вопросов. Каждый обучающийся сам выбирает один вопрос и письменно отвечает на него в течении 20-30 минут. Обучающийся раскрывает основную сущность вопроса, дает развернутый лаконичный ответ, используя правильную терминологию.

2 задание состоит из 18 вопросов. Каждый обучающийся сам выбирает один вопрос и письменно отвечает на него в течении 20-30 минут. Обучающийся раскрывает основную сущность вопроса, дает развернутый лаконичный ответ, используя правильную терминологию.

3 задание состоит из 28 тем для написания конспекта урока по легкой атлетике. Каждый обучающийся сам выбирает одну тему и письменно оформляет его в течении 30-40 минут. На конспект урока должна быть поставлена цель и не менее 3 задач. Урок должен быть разбит на три части, все упражнения должны соответствовать выбранной теме и возрасту занимающихся. Написаны по терминологии, с соответствующей дозировкой. Даны методические и организационные указания к упражнениям.

По окончании выполнения задания каждый из обучающихся представляет свой вариант конспекта эксперту (преподавателю) на проверку. После этого проходит процедура предзащиты своего урока.

Во время предзащиты обучающийся отвечает на вопросы эксперта и обучающихся, обосновывает (отстаивает любой пункт конспекта, аргументируя их с позиции теории, методики и технологии обучения).

Конспект оценивается по:

- форме,
- грамотному использованию терминологии,
- качеству подбора средств и методов решения педагогических задач,
- организации деятельности занимающихся.

Конспект урока, имеющий существенные замечания (2 и более нерешенные задачи, многочисленные исправления, методика обучения содержит грубые ошибки, неграмотное и небрежное оформление, отсутствие понимания и объяснения по многим деталям конспекта) не оценивается и требует повторной разработки.

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 «Теория и методика легкой атлетики»

Типы заданий	Пороговый уровень	Продвинутый уровень	Высокий уровень
Задание № 1	5	10	15
Задание № 2	10	15	20
Общий балл	15	25	35