

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**  
**ФГБОУ ВО «СГУ имени Н.Г. Чернышевского»**  
Институт физической культуры и спорта

СОГЛАСОВАНО

заведующий кафедрой

Н.Б. Бриленок

" 27 " июня 20 22 г.

УТВЕРЖДАЮ

председатель НМС института

Т.А. Беспалова

" 27 " июня 20 22 г.

**Фонд оценочных средств**

Текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине  
Элективные дисциплины по физкультуре и спорту  
(Бадминтон)

Направление подготовки бакалавриата  
01.03.03 Механика и математическое моделирование

Профиль подготовки бакалавриата  
Все реализуемые профили

Квалификация (степень) выпускника  
*Бакалавр*

Форма обучения  
Очная

Саратов,  
2022

### *Карта компетенций*

| Контролируемые компетенции (шифр компетенции)  | Индикаторы достижения компетенций  | Планируемые результаты обучения (знает, умеет, владеет, имеет навык)  | Виды заданий и оценочных средств   |
|--|--|---|--|
| <p style="text-align: center;"><b>ОК-7</b></p> | <p><b>1.1_Б.ОК-7.</b><br/>Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.</p>              | <p><b>Знать:</b> научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.</p>   | <p><b>Самостоятельная работа.</b><br/><b>Баллы.</b></p>                                  |
|  | <p><b>2.1_Б.ОК-7.</b><br/>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p> | <p><b>Уметь:</b> использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.</p>                  | <p><b>Практические занятия.</b><br/><b>Посещаемость.</b></p>                             |
|  |  | <p><b>Владеть:</b> средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.</p> | <p><b>Контрольные нормативы.</b><br/><b>По результатам промежуточной аттестации.</b></p> |

**Показатели оценивания планируемых результатов обучения  
студентов основной группы здоровья**

| Физические качества | Контрольные упражнения                                  | Оценка | 1 курс |         | 2 курс |         | 3 курс |         |
|---------------------|---|--------|--------|---------|--------|---------|--------|---------|
|                     |   |        | Юноши  | Девушки | Юноши  | Девушки | Юноши  | Девушки |
| Быстрота            | Бег 100м  | 5      | 13,5   | 16,5    | 13,3   | 16,2    | 13,0   | 16,0    |
|                     |   | 4      | 13,8   | 17,0    | 13,5   | 16,7    | 13,2   | 16,5    |
|                     |   | 3      | 14,3   | 17,5    | 14,3   | 17,3    | 14,0   | 17,0    |
| Выносливость        | Бег 1000м<br>Бег 2000м                                  | 5      | 9,30   | 5,00    | 9,20   | 4,50    | 9,10   | 4,40    |
|                     |   | 4      | 9,50   | 5,30    | 9,40   | 5,20    | 9,30   | 5,10    |
|                     |   | 3      | 10,10  | 6,00    | 10,00  | 5,50    | 10,00  | 5,40    |
| Скоростно-силовые   | Прыжок в длину с места                                  | 5      | 2.45   | 1.85    | 2.50   | 1.90    | 2.50   | 1.95    |
|                     |   | 4      | 2.40   | 1.80    | 2.42   | 1.85    | 2.45   | 1.90    |
|                     |   | 3      | 2.30   | 1.70    | 2.32   | 1.75    | 2.30   | 1.80    |
| Силовые             | Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)       | 5      | 40     | 8       | 45     | 10      | 50     | 15      |
|                     |   | 4      | 45     | 6       | 35     | 8       | 40     | 10      |
|                     |   | 3      | 50     | 5       | 25     | 7       | 30     | 9       |
| Силовые             | Сгибание-разгибание туловища из положения лежа на спине | 5      | 70     | 50      | 75     | 55      | 80     | 60      |
|                     |   | 4      | 60     | 40      | 65     | 45      | 70     | 50      |
|                     |   | 3      | 50     | 30      | 55     | 35      | 60     | 40      |

## *Оценочные средства*

### **Задания для текущего контроля**

#### **Реферат:**

«Правила игры в бадминтон:»

«Стойки. Способы хватки ракетки. Передвижения. Техника подачи волана. Тактика игры – одиночной и парной. Правила игры и судейство. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств, быстроты игровых действий, специальной выносливости.»

#### **Контрольная работа**

«Техника безопасности при игре в бадминтон»

«Современные тенденции развития оздоровительной, лечебной и адаптивной физической культуры»,

«Развитие массового спорта, спорта высших достижений, олимпийского и паралимпийского спорта»,

«Роль физкультурно-оздоровительного комплекса ГТО в современном мире».

#### **Тесты**

**Контрольные нормативы на определение и динамику физических качеств (быстрота, сила, выносливость, ловкость)**

Студентам необходимо выполнить следующие требования:

1). Сдать самостоятельную работу (реферат).

2). Сдать контрольные нормативы.

Оценивание уровня физической подготовленности проводится по двум показателям:

а) исходный уровень развития физических качеств студента;

б) реальные сдвиги в показателях физической подготовленности студента за определенный период.

Оценке «5» соответствует высокий уровень физической подготовленности.

Оценке «4» - средний уровень.

Оценке «3» - низкий уровень.

ФОС для проведения промежуточной аттестации одобрен на заседании кафедры Физического воспитания и спорта ИФКиС (протокол № 7 от 27.06 2022года).

Автор (ы):



**Васягина Надежда Владимировна**



**Юренков Игорь Николаевич**