

**Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Информационно-технологический университет»
(АНО ВО ИТУ)**

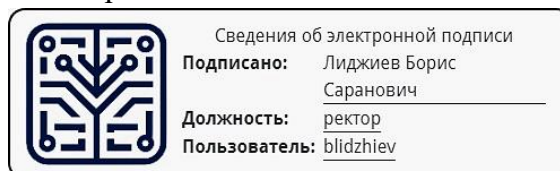
ПРИНЯТО

Решением Ученого Совета
АНО ВО ИТУ
Протокол № 01

от « 17 » января 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Ректор АНО ВО ИТУ Б.С. Лиджиев



от « 17 » января 2025 г.

**Фонд оценочных средств (материалов) (актуализированная версия)
Текущего контроля и промежуточной аттестации
по дисциплине (модулю)**

ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Б1.О.02.ДЭ.01.02 МАССОВЫЙ СПОРТ

Для направления подготовки:
40.03.01 Юриспруденция
(уровень бакалавриата)

Типы задач профессиональной деятельности:
правоприменительный; экспертно-консультационный

Направленность (профиль):
Гражданско-правовой

Форма обучения:
очная, очно-заочная, заочная

Результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Рассматривает нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает: нормы здорового образа жизни Умеет: применять нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности Владеет: навыком применения норм здорового образа жизни как основы для полноценной социальной и профессиональной деятельности
	УК-7.2. Выбирает и использует здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности	Знает: здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Умеет: применять здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Владеет: навыком применения здоровьесберегающих приемов физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности

Показатели оценивания результатов обучения

Шкала оценивания			
Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
УК-7.1. Рассматривает нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности			
Не знает: нормы здорового образа жизни Не умеет: применять нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности	Поверхностно знает: нормы здорового образа жизни В целом умеет: применять нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности, но	Знает: нормы здорового образа жизни, но допускает несущественные ошибки Умеет: применять нормы здорового образа жизни как основу для полноценной	Знает: нормы здорового образа жизни Умеет: применять нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности

<p>Не владеет: навыком применения норм здорового образа жизни как основы для полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>испытывает затруднения В целом владеет: навыком применения норм здорового образа жизни как основы для полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>социальной и профессиональной деятельности, но иногда затрудняется с объективной оценкой Владеет: навыком применения норм здорового образа жизни как основы для полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Владеет: навыком применения норм здорового образа жизни как основы для полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>
--	--	--	---

УК-7.2. Выбирает и использует здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности

<p>Не знает: здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Не умеет: применять здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Не владеет: навыком применения здоровьесберегающих приемов физической культуры для укрепления организма в целях осуществления</p>	<p>Поверхностно знает: здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности В целом умеет: применять здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности, но испытывает затруднения В целом владеет: навыком применения здоровьесберегающих приемов физической культуры для</p>	<p>Знает: здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности, но допускает несущественные ошибки Умеет: применять здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности, но иногда затрудняется с объективной оценкой Владеет: навыком применения здоровьесберегающих приемов</p>	<p>Знает: здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Умеет: применять здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Владеет: навыком применения здоровьесберегающих приемов физической культуры для укрепления организма в целях осуществления</p>
---	---	---	--

полноценной профессиональной и другой деятельности	укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности, но испытывает сильные затруднения	физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности	полноценной профессиональной и другой деятельности
--	--	---	--

Оценочные средства (материалы)

Разъясните основные понятия:

№	Определение	Понятие
1	Массовый спорт - это форма физической активности людей различного возраста и уровня физической подготовки, с целью поддержания и улучшения своего здоровья, физической формы и получения удовольствия от занятий спортом	Массовый спорт
2	Массовый спорт играет важную роль в обществе, способствуя укреплению здоровья и физической формы населения, формированию здорового образа жизни, развитию социальных навыков, привлечению и объединению людей, а также предотвращению различных заболеваний	Роль массового спорта в обществе
3	Доступность Доступные затраты Возможность заниматься спортом без ограничений по возрасту Возможность заниматься спортом без специальной физической подготовки Занятия на любительском уровне без стресса от соревнований Свободное увлечение и удовлетворение от занятий физической активностью.	Какие достоинства массового спорта в сравнении с профессиональным спортом
4	Бег, ходьба, велоспорт, фитнес, аэробика, гимнастика, плавание, игры на открытом воздухе (футбол, баскетбол, волейбол и др.), танцы и другие активности, доступные людям всех возрастов и уровней подготовки..	Какие виды спорта относятся к массовому спорту
5	Организация массового спорта в России позволяет поддерживать здоровье населения, формировать сознательное отношение к здоровому образу жизни, создавать условия для активного проведения досуга, развивать физическую культуру и спорт в обществе, а также открывать возможности для выявления талантливых спортсменов на профессиональном уровне.	Каковы преимущества организации массового спорта в России
6	ограничения доступа к спортивным объектам и инфраструктуре, недостаточное финансирование, низкая осведомленность о пользе физической активности, отсутствие мотивации и времени у людей для занятий спортом	Преграды, стоящие на пути развития массового спорта

	недостаток специалистов и тренеров в данной сфере.	
7	Это Министерство спорта Российской Федерации, олимпийские комитеты, спортивные общества и клубы, федерации и ассоциации различных видов спорта, местные органы власти.	Организации отвечающие за развитие массового спорта в России
8	финансирование спортивных мероприятий, строительство спортивных объектов, создание специализированных программ и инфраструктур, поощрение спортивных достижений, организацию спортивных мероприятий на местном и национальном уровне	Меры поддержки от государства массового спорта
9	Это матчи или соревнования, в которых участвует команда спортсменов, играющая с другой командой или соревнующихся против других команд.	Командные виды спорта
10	Для детей предусмотрены соревнования в соответствии с возрастом и посильной нагрузкой	Есть ли детские виды массового спорта

Вопросы открытого типа:

№	Вопрос	Ответ
1	В области массового спорта могут быть реализованы: направленные на пропаганду правильного образа жизни и физической активности, проведение фитнес-мероприятий, беговых и велосипедных марафонов, разработку программ тренировок и консультации специалистов по здоровому образу жизни. О чем идет речь?	Здоровьесберегающие программы
2	Развивает командный дух и гражданскую ответственность у детей и подростков, развивает социальные навыки и повышает самооценку. Что имеется ввиду?	Массовый спорт.
3	Какую роль играет физическая подготовка для массового спорта?	Положительный факт для улучшение техники и тактики спортивной деятельности.
4	Существуют ли этические нормы в массовом спорте?	Да, важно соблюдать общепринятые принципы.
5	Кому доступны массовые виды спорта?	Каждому человеку

6	Какими способами можно мотивировать себя для регулярных занятий массовыми видами спорта	Поставить себе конкретные цели
7	При занятии массовым спортом какие качества могут быть применимы в повседневной жизни?	Общечеловеческие духовные ценности
8	Может ли быть массовый спорт международным?	Да, у массового спорта нет границ

Тестовые задания

1.	Какая основная цель массового спорта
А)	Поддержание здоровья и здорового образа жизни людей
Б)	Выиграть чемпионат
В)	Участвовать в Олимпийских играх
Г)	Победить всех соперников

2.	Какие виды спорта относятся к массовому спорту
А)	Различные виды спорта, такие как бег, велоспорт, гимнастика, танцы и др
Б)	Только футбол
В)	Только плавание
Г)	Только массовы бег

3.	Массовый спорт это:
А)	Спорт, ориентированный на массовое участие людей всех возрастов и уровней физической подготовки
Б)	Спорт, доступный только профессионалам
В)	Спорт, который не требует физической активности
Г)	Вид отдыха

4.	Какую роль массовый спорт играет в обществе
А)	Поддержка здоровья людей, развитие физической формы, укрепление социальных связей и формирование здорового образа жизни
Б)	Умение пользоваться спортивным инвентарем
В)	Профессиональная карьера спортсменов
Г)	Развлечение для зрителей

5.	Несет ли массовый спорт высокую информационно-развлекательную ценность спортивно-зрелищных мероприятий
А)	да
Б)	нет
В)	Невозможно определить
Г)	Это вообще не важно для спортивных мероприятий

6.	Под выносливостью в массовом спорте что предполагается
А)	Физическая выносливость при массовых мероприятиях
Б)	физическая закалка
В)	физическая тренировка
Г)	двигательная активность

7.	Активный отдых — это
А)	Двигательная деятельность, снимающая утомление и способствующая восстановлению работоспособности
Б)	Психологические установки бодрствования
В)	Деятельность, направленная на совершенствование двигательного действия в изменяющихся условиях.
Г)	Специфическая подготовка спортсмена к предстоящим соревнованиям

8.	Упражнения, занятия на воздухе, гигиенические процедуры закаливания - это _____ в массовом спорте
А)	Компоненты
Б)	Элементы
В)	Средства
Г)	Условия

9.	Сумма показателей развития здоровья и подготовленности личности - это физическое _____
А)	Состояние
Б)	Самочувствие
В)	Настроение
Г)	Расположение

10.	Выполнение упражнений в кругу соратников - метод _____ тренировки
А)	Совместной
Б)	Последовательной
В)	Постепенной
Г)	Массовой

Ключ к тестовым заданиям

1	2	3	4	5
а	а	оздоровление	а	а
6	7	8	9	10
а	а	компоненты	состояние	совместной
11	12	13	14	
а	нагрузка			

Критерии оценки при проведении промежуточной аттестации

Оценивание знаний обучающихся осуществляется по 4-балльной шкале при проведении экзаменов и зачетов с оценкой (оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» и «неудовлетворительно») или 2-балльной шкале при проведении зачета («зачтено», «не зачтено»).

При прохождении обучающимися промежуточной аттестации оцениваются:

1. Полнота, четкость и структурированность ответов на вопросы, аргументированность выводов.
2. Качество выполнения практических заданий (при их наличии): умение перевести теоретические знания в практическую плоскость; использование правильных форматов и методологий при выполнении задания; соответствие результатов задания поставленным требованиям.
3. Комплексность ответа: насколько полно и всесторонне обучающийся раскрыл тему вопроса и обратился ко всем ее аспектам.

Критерии оценивания

4-балльная шкала и 2-балльная шкалы	Критерии
«Отлично» или «зачтено»	<p>1. Полные и качественные ответы на вопросы, охватывающие все необходимые аспекты темы. Обучающийся обосновывает свои выводы с использованием соответствующих фактов, данных или источников, демонстрируя глубокую аргументацию.</p> <p>2. Обучающийся успешно переносит свои теоретические знания в практическую реализацию. Выполненные задания соответствуют высокому уровню качества, включая использование правильных форматов, методологий и инструментов.</p> <p>3. Обучающийся анализирует и оценивает различные аспекты темы, демонстрируя способность к критическому мышлению и самостоятельному исследованию.</p>
«Хорошо» или «зачтено»	<p>1. Обучающийся предоставляет достаточно полные ответы на вопросы с учетом основных аспектов темы. Ответы обучающегося имеют ясную структуру и последовательность, делая их понятными и логически связанными.</p> <p>2. Обучающийся способен применить теоретические знания в практических заданиях. Выполнение задания в целом соответствует требованиям, хотя могут быть некоторые недочеты или неточные выводы по полученным результатам.</p> <p>3. Обучающийся представляет хорошее понимание темы вопроса, охватывая основные аспекты и направления ее изучения. Ответы обучающегося содержат достаточно информации, но могут быть некоторые пропуски или недостаточно глубокие суждения.</p>
«Удовлетворительно» или «зачтено»	<p>1. Ответы на вопросы неполные, не охватывают всех аспектов темы и не всегда структурированы или логически связаны. Обучающийся предоставляет верные выводы, но они недостаточно аргументированы или основаны на поверхностном понимании предмета вопроса.</p> <p>2. Обучающийся способен перенести теоретические знания в практические задания, но недостаточно уверен в верности примененных методов и точности в их выполнении. Выполненное задание может содержать некоторые ошибки, недочеты или расхождения.</p> <p>3. Обучающийся охватывает большинство основных аспектов темы вопроса, но демонстрирует неполное или поверхностное их понимание, дает недостаточно развернутые объяснения.</p>
«Неудовлетворительно» или «не зачтено»	<p>1. Обучающийся отвечает на вопросы неполно, не раскрывая основных аспектов темы. Ответы обучающегося не структурированы, не связаны с заданным вопросом, отсутствует их логическая обоснованность. Выводы, предоставляемые обучающимся, представляют собой простые утверждения без анализа или четкой аргументации.</p> <p>2. Обучающийся не умеет переносить теоретические знания в практический контекст и не способен применять их для выполнения задания. Выполненное задание содержит много ошибок, а его результаты не соответствуют поставленным</p>

	<p>требованиям и (или) неправильно интерпретируются.</p> <p>3. Обучающийся ограничивается поверхностным рассмотрением темы и не показывает понимания ее существенных аспектов. Ответ обучающегося частичный или незавершенный, не включает анализ рассматриваемого вопроса, пропущены важные детали или связи.</p>
--	--