Минобрнауки России

Бузулукский гуманитарно-технологический институт (филиал)

федерального государственного бюджетного образовательного

учреждения высшего образования

**«Оренбургский государственный университет»**

Кафедра биоэкологии и техносферной безопасности

**Фонд оценочных средств**

по дисциплине

*«Б.1.В.ДВ.11.5 Настольный теннис»*

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

*44.03.04 Профессиональное обучение (по отраслям)*

(код и наименование направления подготовки)

*Энергетика*

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Тип образовательной программы

*Программа академического бакалавриата*

Квалификация

*Бакалавр*

Форма обучения

*Очная*

Год набора 2017

Фонд оценочных средств предназначен для контроля знаний обучающихся по направлению подготовки (специальности) 44.03.04 Профессиональное обучение по дисциплине «Б.1.В.ДВ.11.5 Настольный теннис».

Фонд оценочных средств рассмотрен и утвержден на заседании кафедры

биоэкологии и техносферной безопасности

протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_от "\_\_\_" \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_г.

Первый заместитель директора  *Е.В. Фролова*

*подпись расшифровка подписи*

*Исполнитель:*

*Старший преподаватель О.В. Шелякова*

*подпись расшифровка подписи*

**Раздел 1. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины**

| **Формируемые компетенции** | **Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций** | **Виды оценочных средств, шифр раздела в данном документе** |
| --- | --- | --- |
| **ОК-8** готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность | **Знать:**  - основные теоретические понятия и содержание настольного тенниса;  - основные понятия и содержаниеобщей физической и спортивной подготовке в системе физического воспитания студентов;  - основные понятия и содержание ОФК и спортивной подготовки. | **Блок А −** задания репродуктивного уровня  А.0 Тестовые вопросы  А.1 Вопросы для опроса |
| **Уметь:**  - подбирать и применять методы и средства настольного тенниса для совершенствования основных физических качеств;  - использовать средства, методы, приемы самоконтроля и оценки физического состояния на самостоятельных занятиях;  - регулировать динамику физических воздействий и умело использовать восстановительные мероприятия на самостоятельных занятиях настольным теннисом. | **Блок Б** − задания реконструктивного уровня  Список задания для подготовки к практическим занятиям  Список заданий для самостоятельных занятий |
| **Владеть:**  - практическими навыками физических упражнений и методов настольного тенниса, для поддержания высокого уровня физической подготовки обеспечивающего полноценную деятельность. | **Блок С**  Перечень тестов физической подготовленности  Список вопросов к зачету  Список тем рефератов  Список тем творческих заданий |
| **ПК – 9** готовность к формированию у обучающихся способности к профессиональному самовоспитанию | **Знать:**  - комплекс условий, обеспечивающих эффективность общефизического воспитания и самовоспитания (дифференция целей и задач; направленность настольного тенниса на решение задач физвоспитания; воспитание на основе программ самореализации и саморазвития; сотрудничество на основе взаимного доверия) и способы его обеспечения;  - о роли настольного тенниса в профессиональном воспитании и самовоспитании обучаемых, ее основные задачи, направления, содержание, методы и формы организации. | **Блок А −** задания репродуктивного уровня  А.0 Тестовые вопросы  А.1 Вопросы для опроса |
| **Уметь:**  - обеспечивать условия эффективного профессионального воспитания и самовоспитания;  - организовать деятельность по настольному теннису по формированию профессиональных установок и ценностей обучаемого; - организовать виды физической деятельности обучаемого, обеспечивающего саморазвитие и самовоспитание обучаемого; - обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение общефизического воспитания и самовоспитания обучаемых. | **Блок Б** − задания реконструктивного уровня  Список задания для подготовки к практическим занятиям  Список заданий для самостоятельных занятий |
| **Владеть:**  - способами организации учебного и внеучебного процесса по настольному теннису по профессиональному воспитанию и самовоспитанию обучаемых. | **Блок С**  Список тем рефератов  Список тем творческих заданий |

# Раздел 2 - Оценочные средства

**А.0 Фонд тестовых заданий по дисциплине**

## 

**Раздел 1. Физическая культура и спорт в России.** **Состояние и развитие настольного тенниса в России.**

**1. Физическая культура — это:**

а) отдельные стороны двигательных способностей человека;

б) восстановление здоровья средствами физической реабилитации;

в) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств;

г) педагогический процесс, направленных на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств.

**2. Спорт — это:**

а) педагогический процесс направленный на всестороннее гармоничное развитие личности;

б) составная часть физической культуры исторически сложившейся в форме соревновательной деятельности и специально практики подготовки человека к соревнованиям;

в) один из обязательных компонентов здорового образа жизни;

г) специализированный вид физического воспитания, который осуществляется в соответствии с требованиями и особенностями определенной профессии.

**3. Физическое воспитание — это:**

а) составная часть физической культуры исторически сложившейся в форме соревновательной деятельности и специально практики подготовки человека к соревнованиям;

б) процесс физического образование и воспитания, выражающий высокую степень физической подготовленности к жизни, труду и защите Родины;

в) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей издаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств;

г) педагогически организованный процесс развития физических качеств, обучения двигательным действиям и формирования специальных знаний.

**4. Физическое воспитание включает в себя:**

а) подготовка спортсменов к высшим достижениям;

б) процесс формирования двигательных умений и навыков;

в) воспитание физических качеств;

г) процесс передачи специальных физкультурных знаний.

**5. Физическое воспитание направленно на:**

а) укрепление здоровья;

б) формирование социально активного человека;

в) дисадаптацию организма;

г) повышение работоспособности.

**6. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является:**

а) развитие интеллекта;

б) соревновательная деятельность;

в) развитие морфологических характеристик;

г) функциональные нагрузки.

**7. Физическая подготовка — это:**

а) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями;

б) отдельные стороны двигательных возможностей человека;

в) комплекс морфо-функциональных свойств организма;

г) процесс соревновательной деятельности.

**8. Физическое совершенство — это:**

а) наиболее оптимальный результат воздействия средств физической культуры, определяющий гармоничное развитие человека и его всестороннюю подготовленность;

б) гармоничное телосложение;

в) высшая степень подготовленности – спортивная форма;

г) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями.

**9. Вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях, называется:**

а) физической культурой;

б) физической подготовкой;

в) физическим воспитанием;

г) физическим образованием.

Д) физическая культура

**10. Игроки какой страны впервые применили топ-спин в игре?**

а) Китая;

б) Японии;

в) Советского Союза;

г) Венгрии;

д) ГДР.

**11. В каком году был проведён первый официальный чемпионат мира по настольному теннису?**

а) в 1901 году;

б) в 1917 году;

в) в 1926 году;

г) в 1934 году.

**12. В каком городе находится музей Международной Федерации Настольного Тенниса?**

а) в Лозанне (Швейцария);

б) в Берлине (Германия);

в) в Лондоне (Великобритания);

г) в Москве (Россия);

д) в Нью-Йорке (США).

**13. Чем из перечисленного не играли в настольный теннис до 90-х годов 19 века?**

а) пробкой от шампанского;

б) резиновым мячом;

в) целлулоидным мячом.

**14. Кто из перечисленных спортсменов никогда не был олимпийским чемпионом в личном разряде?**

а) все ниже перечисленные были;

б) Ма Лонг;

в) Жан Жике;

г) Рю Сын Мин;

д) Ма Лин.

**15. Кто из перечисленных спортсменов имеет одновременно титул олимпийского чемпиона, чемпиона мира и чемпиона Европы?**

а) Владимир Самсонов;

б) Ян-Ове Вальднер;

в) Йорг Росскопф;

г) Жан-Филипп Гасьен.

**16**. **Кто из перечисленных спортсменок стала абсолютной чемпионкой Европы в 1970 году?**

а) Лайма Балайшите;

б) Валентина Попова;

в) Зоя Руднова;

г) Светлана Гринберг.

**17. В каком году настольный теннис стал олимпийским видом спорта?**

а) в 1980;

б) в 1984;

в) в 1988;

г) в 1992;

д) в 1996.

**18. В каком году была создана Международная федерация настольного тенниса?**

а) в 1926;

б) в 1928;

в) в 1929;

г) в 1931.

**19. В каком году было анонсировано появление нового мяча диаметром 40 мм, который должен был заменить прежний мяч диаметром 38 мм?**

а) в 1988;

б) в 2000;

в) в 2003;

г) в 2010.

**20. В каком году было введено правило, запрещающее подкручивать шар пальцами при подаче?**

а) в 1926;

б) в 1937;

в) в 1952;

г) в 1986.

**21. Что из перечисленного никак не связано с настольным теннисом?**

а) Флим-Флам;

б) Пинг-Понг;

в) Госсима;

г) Виф-Ваф;

д) Сепак такро.

**22. В каком году федерация настольного тенниса СССР вступила в Международную федерацию настольного тенниса?**

а) в 1926;

б) в 1927;

в) в 1954;

г) в 1969.

**23. Кто придумал использовать целлулоидный мяч для игры в настольный теннис?**

а) Чарлз Бакстер;

б) Джеймс Гибб;

в) Джон Джаке;

г) Е.К. Гуд.

**24. Кто впервые догадался реконструировать ракетку, наклеив на нее кусок губчатой резины?**

а) Чарлз Бакстер;

б) Джеймс Гибб;

в) Джон Джаке;

г) Е. К. Гуд.

**25. В каком году СССР впервые выиграл золото на чемпионате мира по настольному теннису?**

а) в 1969;

б) в 1971;

в) в 1973;

г) в 1975.

**26. Кто был самым первым президентом Международной федерации настольного тенниса?**

а) Билл Поуп;

б) Айвор Монтегю;

в) Джордж Росс;

г) Роланд Якоби;

д) Фритц Грубер.

**27. Кто из спортсменов завоевал самое большое количество золотых медалей на чемпионатах мира по настольному теннису?**

а) Рихард Бергман;

б) Ма Лин;

в) Мария Меднянски;

г) Ян-Уве Вальднер;

д) Виктор Барна.

**28. Кто был самым первым чемпионом мира по настольному теннису?**

а) Золтан Мехлович;

б) Виктор Барна;

в) Рихард Бергман;

г) Роланд Якоби.

**29. Кто из советских спортсменок стала самой юной победительницей чемпионатов СССР?**

а) Зоя Руднова;

б) Лайма Балайшите;

в) Светлана Гринберг;

г) Валентина Попова.

**Раздел 2. Раздел 2 Общая физическая подготовка (ОФП).**

**1. Эффект физических упражнений определяется его содержанием, под которым понимается совокупность следующих процессов:**

а) физиологических;

б) социологических;

в) психологических;

г) экологических.

**2.** **Техника физических упражнений — это:**

а) способ применения двигательных действий;

б) отдельные стороны двигательных способностей человека;

в) сбалансированная динамика физической нагрузки;

г) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых эффективно

решается двигательная задача.

**3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный:**

а) на формирование правильной осанки;

б) на гармоничное развитие человека;

в) на всестороннее и гармоничное физическое развитие;

г) на формирование правильной походки.

**4. Основными признаками физического развития являются:**

а) антропометрические показатели;

б) социальные особенности человека;

в) особенности интенсивности работы;

г) физические качества.

**5. Какое из перечисленных определений не относится к основным физическим (двигательным) качествам человека?**

а) сила;

б) быстрота;

в) стройность;

г) выносливость;

**6. Оценивают уровень ОФП по следующим показателям:**

а) выносливость;

б) быстрота;

в) ловкость;

г) стройность.

**7. Под физическим качеством «ловкость» понимают:**

а) способность точно дозировать величину мышечных усилий;

б) способность быстро овладевать новыми движениями и перестраивать двигательную деятельность;

в) освоить действие и сохранить равновесие

г) способность точно дозировать величину умственных усилий;

**8. Средства развития быстроты:**

а) многократно повторяемые с максимальной скоростью упражнения;

б) бег на короткие дистанции;

в) подвижные игры

г) бег на длинные дистанции.

**9. Бег на длинные дистанции развивает:**

а) ловкость;

б) быстроту;

в) выносливость

г) гибкость.

**10. Какое двигательное действие следует выбрать при оценке уровня силовых возможностей?**

а) прыжки со скакалкой;

б) подтягивание в висе;

в) длительный бег до 25-30 мин

г) бег на короткие дистанции.

**11. При помощи каких физических упражнений наиболее эффективно формируется физическое качество ловкость?**

а) посредством спортивных и подвижных игр;

б) посредством длительной равномерной работы средней интенсивности;

в) посредством упражнений высокой интенсивности

г) посредством упражнений на растягивание.

**12. Выносливость человека не зависит от:**

а) прочности звеньев опорно-двигательного аппарата;

б) силы мышц;

в) возможностей систем дыхания и кровообращения

г) возможностей ССС.

**13. Какой вид спорта обеспечивает наибольший прирост в силе?**

а) бокс;

б) керлинг;

в) тяжелая атлетика;

г) фигурное катание.

**14. Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект развития гибкости:**

а) бокс;

б) гимнастика;

в) армрестлинг;

г) плавание.

**15. Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект развития скоростных способностей:**

а) спринтерский бег;

б) стайерский бег;

в) прыжки в воду;

г) тяжелая атлетика.

**16. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются:**

а) общеразвивающими;

б) собственно-силовыми;

в) скоростно-силовыми;

г) обще подготовительными.

**17. Какой вид спорта наиболее эффективно развивает гибкость и координацию движений?**

а) фехтование;

б) баскетбол;

в) художественная гимнастика;

г) плавание.

**18. Какое влияние оказывают физические упражнения на развитие телосложения человека?**

а) укрепляют здоровье;

б) повышают работоспособность;

в) формируют мускулатуру;

г) повышают иммунитет.

**19. Сила — это способность человека:**

а) противостоять утомлению;

б) преодолевать внешнее сопротивление;

в) выполнять движения с большой амплитудой;

г) управлять своими движениями.

**20. Выносливость — это способность организма:**

а) выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени;

б) адаптироваться к физическим нагрузкам;

в) длительное время выполнять мышечную работу, преодолевая наступающее утомление;

г) быстро разучивать новые движения.

**21. Гибкость — это:**

а) способность управлять своими движениями во времени и пространстве, перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки, быстро овладевать новыми движениями;

б) способность длительное время выполнять мышечную работу, преодолевая наступающее утомление;

в) способность выполнять движения с большой амплитудой;

г) способность выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени.

**22. Быстрота — это:**

а) способность управлять своими движениями во времени и пространстве, перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки, быстро овладевать новыми движениями;

б) способность длительное время выполнять мышечную работу, преодолевая наступающее утомление;

в) способность выполнять движения с большой амплитудой;

г) способность выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени.

**23. Ловкость — это:**

а) способность управлять своими движениями во времени и пространстве, перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки, быстро овладевать новыми движениями;

б) способность длительное время выполнять мышечную работу, преодолевая наступающее утомление;

в) способность выполнять движения с большой амплитудой;

г) способность выполнять движения в минимальный для данных условий промежуток времени.

**24. Методы строгого регламентированного упражнения подразделяется на:**

а) методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств;

б) методы общей и специальной физической подготовки;

в) игровой и соревновательный методы;

г) специфические и общепедагогические методы.

**25. Обязательным тестом по ОФП студентов является:**

а) бег на 100 м;

б) прыжки в длину с места;

в) приседание на одной ноге;

г) плавание.

**Раздел 3. Основы техники и тактики игры.**

**1. Какого стиля техники игры не существуют в настольном теннисе?**

а) защитный стиль;

б) атакующий стиль;

в) комбинированный стиль;

г) жесткий стиль.

2. **Что такое чувство мяча в настольном теннисе?**

а) когда есть контроль силы, вращения и точности мяча;

б) когда можно придать мячу по собственному желанию любое вращение;

в) когда можно ударить в любое место и с заранее определенной скоростью;

г) все ответы правильные.

**3. Какого вращения не существует в настольном теннисе?**

а) верхнее,

б) нижнее

в) боковое;

г) спонтанное.

**4. Как называется удар без вращения?**

а) пассивный мяч;

б) спокойный мяч;

в) мертвый мяч;

г) плоский мяч.

**5. Какого вида ракеток для настольного тенниса не существуют?**

а) атакующий;

б) комбинированный;

в) защитный;

г) крутящий.

**6. Какие есть основные моменты по выбору основания для ракеток?**

а) основание выбираются по скорости;

б) основание выбираются по толщине;

в) основание выбираются по цвету;

г) не принципиально важный момент;

**7. Какая стойка в настольном теннисе выполняется чаще всего?**

а) почти параллельная столу;

б) почти перпендикулярная столу;

в) как удобно стоять игроку у стола;

г) не принципиально важный момент.

**8. Где правильно бить по мячу в накате?**

а) в его наивысшей точке отскока от стола

б) когда мяч уже падает за стол

в) когда мяч падает на стол;

г) когда мяч падает под стол.

**9. Где правильно бить по мячу в топ-спине?**

а) в его наивысшей точке отскока от стола;

б) когда мяч уже падает за стол;

в) когда мяч падает на стол;

г) когда мяч падает под стол.

**10. На что смотреть во время игры?**

а) на замах противника, его ноги и движение корпусом;

б) на ноги противника;

в) на лицо противника;

г) на корпус противника.

**11.** **Что делать со второй неигровой рукой во время игры?**

а) согнуть ее в локте;

б) спрятать за спину;

в) держать прямой вниз;

г) держать прямой вверх.

**12. Как принимать подачу?**

а) прямой ракеткой;

б) под углом ракеткой;

в) плоско ракеткой;

г) вниз ракеткой.

**13. Когда правильнее атаковать в игре на счет?**

а) первый мяч;

б) пятый/шестой мяч;

в) второй/третий мяч;

г) третий/четвертый.

**14. С чего начинать тренировки начинающему игроку в настольный теннис?**

а) с наката справа;

б) с наката слева;

в) с подрезки;

г) с топ-спина.

**15. К какому виду ударов относится «подрезка»?**

а) защитные;

б) промежуточные;

в) атакующие;

г) контролирующему.

**16. На какую минимальную высоту должен быть подброшен мяч при подаче?**

а) 20 см.;

б) 11 см.;

в) 16 см.;

г) 25 см.

**17. По сколько подач делает каждый игрок у женщин?**

а) по 2;

б) по 3;

в) по 5;

г) по 1.

**18. Сколько можно брать тайм-аутов за встречу?**

а) перерывов нет;

б) один;

в) два;

г) три.

**19. Какая хватка характерна для теннисистов – европейцев?**

а) вертикальная;

б) плоская;

в) горизонтальная.

**20. «Маятник» в настольном теннисе – это?**

а) атакующий удар;

б) подача;

в) перемещения игрока;

г) перемещение мяча.

**21. Как называется атакующий удар со сверхсильным верхним вращением?**

а) топ-спин;

б) смеш;

в) накат;

г) срезка.

**22. Партия в настольном теннисе при счете 10 : 10 продолжается до?**

а) 12 очков;

б) 15 очков;

в) разницы в 2 очка;

г) разницы в 3 очка.

**Раздел 4. Основы технической подготовки.**

**1. Какой вид хватки не используется в настольном теннисе?**  
а) Азиатская;  
б) Африканская;  
в) Европейская;  
г) все вышеперечисленные используются.

**2. Какой термин используется по отношению к типу резины, состоящей из 2 слоёв: слоя пористой резины и слоя обычной пупырчатой резины:**  
а) Чизбургер;  
б) Бигмак;  
в) Сэндвич;  
г) ни один из указанных выше вариантов не подходит.

**3. Какой из ударов придаёт мячу наибольшее нижнее вращение?**  
а) подрезка;  
б) срезка;  
в) накат;  
г) топспин;  
д) свеча.  
**4. Какое количество кандидатов в мастера спорта необходимо обыграть в течение года, чтобы получить аналогичное спортивное звание?**  
а) 10;  
б) 12;  
в) 14.  
**5.** **Как называется удар, при котором мяч посылается высоко над сеткой?**  
а) фонарь;  
б) лампа;  
в) люстра;  
в) свеча.  
**6. Что не является инвентарём для настольного тенниса?**

а) стол;  
б) сетка;  
в) мяч;  
г) ракетка;  
д) всё вышеперечисленное является.

**7. На какие группы разделены турниры мировой серии (про-туры) ITTF по настольному теннису?**  
а) Major, Challenge;

б) Super, Major, Challenge;

в) Super, General, Major, Challenge;

г) Super, Major, Challenge, Amateur.

**8. Как называется удар со сверхсильным верхним вращением?**

а) подрезка;  
б) срезка;  
в) накат;  
г) топ-спин;  
д) свеча.  
**9. Что из перечисленного не является подачей в настольном теннисе?**

а) маятник;  
б) веер;  
в) колесо;  
г) челнок;  
д) всё вышеперечисленное является.

**10. Какие виды шипов не используются в настольном теннисе?**  
а) короткие;  
б) длинные;  
в) средние;  
г) все вышеперечисленные используются.

**11. Допускается ли перехватывать ракетку из одной руки в другую для нанесения удара во время розыгрыша?**

а) да;  
б) да, если соперник не возражает;

в) да, если это разрешил ведущий судья;

г) нет.  
**12. Какое расстояние в среднем пробегает спортсмен за время одной встречи из 5 партий?**

а) до 1 км.;

б) от 1 до 3 км.;

в) от 4 до 7 км.;

г) от 8 до 10 км.;

д) свыше 10 км.

**13. Как долго соприкасается мяч с ракеткой при нанесении удара?**

а) 1 секунду;

б) 1/10 секунды;

в) 1/100 секунды;

г) 1/1000 секунды.

**14. В каком случае будет уместно (в виде исключения) нарушить правило о «ведении игры в полную силу»?**

а) когда Вы играете со своим другом;

б) когда Вы играете с заведомо более слабым соперником;

в) при счёте 10:0 в партии в Вашу пользу;

г) если Ваш соперник получил небольшую травму;

д) во всех вышеперечисленных случаях.

**15. Сколько времени продолжался самый долгий розыгрыш одного очка в истории настольного тенниса?**

а) 48 минут;

б) 1 час 8 минут;

в) 1 час 38 минут;

г) 1 час 58 минут;

д) 2 часа 18 минут.

**16. Женские сборные каких 3 стран считаются сильнейшими в мире?**  
а) Китая, Южной Кореи, Японии;

б) Китая, Японии, Германии;

в) Китая, Японии, Южной Кореи;

г) Китая, Южной Кореи, Сингапура.

**17. Как следует поступить, если Вы выиграли очко, попав в край игровой поверхности соперника?**

а) порадоваться успеху громче обычного;

б) сделать вид, что ничего особенного не произошло;

в) посочувствовать сопернику;

г) извиниться перед соперником, подняв руку;

д) допустимо любое из перечисленных действий.

**18. В какой части света настольный теннис наиболее популярен?**

а) в Африке;

б) в Европе;

в) в Америке;

г) в Азии.

**Раздел 5. Общая и специальная физическая подготовка.**

**1. Для воспитания скоростных способностей теннисиста используются метод:**

а) метод строго регламентированного упражнения;

б) соревновательный метод;

в) игровой метод;

г) все выше перечисленные методы.

**2. Лучшим методом совершенствования реакции является:**

а) отработка действий в противоборстве с соперником;

б) отработка действий при неоднократном повторении их в высоком темпе;

в) отработка действий в противоборстве с соперником, при неоднократном повторении их в высоком темпе;

г) все варианты верные.

**3. Количество тренировок по физической подготовке, зависит от:**

а) суммарного объёма тренировок и турниров;

б) суммарного объема тренировочных часов;

в) суммарного объема соревнований.

**4. Какой показатель характеризует тип телосложения человека?**  
а) индекс Кетле   
б) индекс Эрисмана   
в) индекс Брока   
г) индекс Пинье

**5. Наиболее распространенным методом воспитания силовых способностей является:**  
а) электростимуляция;   
б) переменных упражнений, выполняемых «до отказа»;  
в) круговая тренировка на основе силовых упражнений;   
г) использование предельных и непредельных отягощений.  
**6. Что понимается под тестированием физической подготовленности?**   
а) измерение уровня развития основных физических качеств;   
б) измерения роста и веса;  
в) измерения показателей деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем;   
г) измерение антропометрических данных.

**7. Какие факторы преимущественно обуславливают уровень проявления общей выносливости?**   
а) факторы функциональной экономичности;  
б) аэробные возможности;   
в) скоростно-силовые способности;   
г) личностно-психически.

**8. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время:**

а) спортивных игр с обилием быстрых движений;

б) бега с препятствиями;

в) десятиборья;

г) пятиборья.

**10. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:**

а) ответной реакцией организма на внешние физические раздражители;

б) способностью неоднократно выполнить требования спортивных разрядов;

в) личными спортивными достижения человека.

**11. Число движений в единицу времени характеризует:**

а) темп движений;

б) ритм движений;

в) физический уровень занимающегося.

**12. Результатом физической подготовки является:**

а) количество разученных упражнений;

б) степень физической подготовленности;

в) физическое совершенство.

**13. Основу двигательных способностей человека составляют:**

а) задатки психодинамических способностей;

б) степень тренированности и выносливости мышц;

в) медицинские показания.

**14. Под техникой физических упражнений понимают:**

а) способы выполнения группы последовательных движений;

б) алгоритм действий, обеспечивающий наибольшую эффективность движения для организма;

в) четко заданный и неизменный порядок движений.

**15. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности называется:**

а) выносливость;

б) тренированность;

в) второе дыхание.

**16. Что относится к показателям физического развития?**

а) показатели развития физических качеств человека;

б) общий уровень физической подготовленности и высокие спортивные результаты;

в) показатели телосложения, здоровья, развития физических качеств;

г) показатели здоровья, телосложения и необходимой для жизни фонда двигательных умений и навыков.

**17. Основным средством в настольном теннисе является:**

а) физические упражнения;

б) оздоровительные силы природы;

в) специализированные тренажеры и тренажерное оборудование.

**18. Сущность практических методов обучения, применяемых в настольном теннисе заключается, в том, что:**

а) они являются связующим звеном между запроектированной целью и конечным результатом;

б) они определяют строгую организацию занятий физическими упражнениями;

в) каждый практический метод направлено на освоение техники движения и на развитие физических способностей.

**19. Какие упражнения используются теннисисты для приведения организма в оптимальное состояние после нагрузки?**

а) расслабляющие упражнения;

б) упражнения на внимание;

в) восстановительные упражнения.

**20. На занятиях, по настольному теннису используются следующие методы организации занимающихся:**

а) фронтальный, поточный, круговой метод, метод индивидуальных заданий, комбинированный;

б) только фронтальный и индивидуальных заданий;

в) только поточный и индивидуальных заданий.

**21. Определить фазовый состав техники топ спин с права:**

а) положение рук, кистей, ног, стойка;

б) положение ног, туловища, стойка;

в) положение рук, кистей, туловища.

**22. Определить фазовый состав техники подрезки мяча:**

а) стойка, предплечья, кисти;

б) положение туловища, предплечья, кисти.;

в) положение туловища, предплечья, головы, стойка.

**23. Определить фазовый состав техники подачи мяча:**

а) два шага остановка;

б) ведения два шага;

в) положение ног, туловища, стойка.

**24. Определить фазовый состав техники топ спин с лева:**

а) расположение ног, туловища и стойка;

б) расположение рук, туловища и стойка;

в) расположение кистей, пальцев рук и ног.

**А.1 Вопросы для опроса**

**Раздел 1. Физическая культура и спорт в России.** **Состояние и развитие настольного тенниса в России.**

1. Дайте общую характеристику дисциплины «Настольный теннис».

2. Раскройте содержание общей модели настольного тенниса.

3. Изложите свои взгляды на содержание понятия «техника и тактика игры в настольный теннис».

4. Раскройте содержание техники перемещения.

5. Назовите основные педагогические принципы обучения, применяемые в тренировочном процессе по настольному теннису.

6. Раскройте основные пункты инструкции ТБ поведения занимающихся в спортивном зале, во время занятий и после занятий. Дайте обоснование.

**Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП).**

1. Раскройте содержание комплекса упражнений для развития быстроты движения и прыгучести.

2. Раскройте содержание комплекса упражнений для развития игровой ловкости.

3. Раскройте содержание комплекса упражнений для развития специальной выносливости.

4. Раскройте содержание комплекса упражнений для развития скоростно-силовых качеств.

5. Раскройте содержание комплекса упражнений с отягощениями.

**Раздел 3. Основы техники и тактики игры.**

1. Структура и фазовый состав технических элементов игры в настольный теннис.

2. Общая характеристика техники перемещения.

3. Общая характеристика техники передачи мяча.

4. Общая характеристика техники подачи мяча.

5. Общая характеристика техники нападения мяча.

**Раздел 4. Основы технической подготовки.**

1. Схема обучения технике настольного тенниса.

2. Словесные методы обучения и их применение при обучении настольному теннису.

3. Наглядные методы обучения и их применение при обучении настольному теннису.

4. Практические методы обучения и их применение при обучении настольному теннису.

5. Основные средства обучения (перечислить и раскрыть).

6. Методика исправления наиболее часто встречающихся ошибок в технических элементах игры в настольный теннис.

7. Техника и методика обучения настольному теннису

8. Методика обучения настольному теннису в вузе.

9. Особенности обучению настольному теннису студентов вуза.

10. Организация и методика обучения настольному теннису в вузе.

**Раздел 5. Общая и специальная физическая подготовка.**

Силовая подготовка теннисистов.

Воспитание выносливости у теннисистов.

Воспитание гибкости у теннисистов.

Воспитание ловкости у теннисистов.

Скоростно-силовая подготовка теннисистов.

**Блок Б - Оценочные средства для диагностирования сформированности уровня компетенций – «уметь»**

**Примерный перечень простых практических заданий для оценивания результатов обучения в виде умений**

1. Разработайте свой вариант методики, направленной на рациональное формирование техники настольного тенниса.
2. Разработайте свою методику применения игр, направленных на освоение техники настольного тенниса для начинающих спортсменов.
3. Найдите способы исправления ошибок в технике перемещения теннисиста.
4. Разработайте элементарную методику применения средств и методов, направленных на обучение техники подачи мяча.
5. Разработайте методику применения средств и методов, направленных на обучение техники перемещения.
6. Предложите свою методику воспитания силовых способностей у теннисистов на этапе совершенствования техники.
7. Составьте схему воспитания выносливости у теннисистов.
8. Составьте комплекс упражнений методики воспитания координационных способностей.
9. Разработаете комплекс упражнений кругового метода, направленного на физическую подготовленность занимающихся, состоящих из 8 специально-подготовительных упражнений.
10. Разработайте примерный план проведения самостоятельного занятия по настольному теннису. Ваш вариант решаемых задач.
11. Предложите свой вариант определения понятия «спортивная тренировка».
12. Дайте характеристику внешних признаков, позволяющих определять усталости у занимающихся.
13. Разработайте проект применения контрольных упражнений (тесты) для определения физической подготовленности занимающихся. Дайте им краткую характеристику.
14. Дайте характеристику критериям оценки усвоения (на ваш взгляд) техники у занимающихся.
15. Приведите варианты проведения занятий по настольному теннису со студентами ВУЗов.

16. Составьте комплекс упражнений, направленный на воспитание силы теннисистов.

# Блок С - Оценочные средства для диагностирования сформированности уровня компетенций – «владеть»

**С.1 Творческие задания**

**Темы для написания рефератов.**

1. История возникновения и развития настольного тенниса.

2. Настольный теннис в Олимпийских играх.

3. Эволюция и развитие инвентаря для игры в настольный теннис.

4. Эволюция и развитие правил игры в настольный теннис.

5. Виды соревнований в настольном теннисе.

6. Техника игры в настольный теннис. Современные тенденции развития.

7. Тактика игры в настольный теннис. Современные тенденции развития.

8. Рекреационные формы занятий настольным теннисом.

9. Биографии 6 выдающихся мировых игроков в настольный теннис

(мужчины или женщины). Результаты, фото.

10. Биографии 6 выдающихся отечественных игроков в настольный теннис

(мужчины или женщины). Результаты, фото.

11. Инвентарь настольного тенниса. Столы для настольного тенниса. Фото,

технические характеристики.

12. Инвентарь настольного тенниса. Сетки для настольного тенниса. Фото,

технические характеристики.

13. Инвентарь настольного тенниса. Основания для настольного тенниса.

Фото, технические характеристики.

14. Техника выполнения срезки справа или слева.

15. Техника выполнения наката справа или слева.

16. Техника выполнения топ-спина справа или слева.

17. Техника выполнения подрезки справа. Методический анализ.

18. Техника выполнения подрезки слева. Методический анализ.

19. Техника выполнения подачи справа или слева.

20. Техника выполнения свечи справа или слева. Методический анализ.

21. Техника выполнения завершающего удара справа или слева, фото.

22. Методика организации соревнований по настольному теннису.

23. Методика проведения соревнований по настольному теннису.

24. История создания, структура и современная деятельность международной

федерации настольного тенниса (ITTF).

**Темы творческих работ «Я и физическая культура»**

1. Место физкультуры и спорта в моей жизни (прошлое, настоящее, перспективы).

2. Влияние занятий спортом на развитие моих личностных качеств.

3. Занятия спортом как средство развития профессионально важных жизненных качеств (на примере конкретной профессиональной деятельности моих родственников).

4. Мой любимый вид спорта и его значение для моего развития.

5. Физическая культура в моем окружении.

# Примерный перечень комплексных практических заданий для оценивания результатов обучения в виде владений

1. Как бы вы организовали свою самостоятельную деятельность по настольному теннису.

2. Составьте комплекс упражнений, направленный на начальное обучение настольному теннису.

3. Разработайте комплекс упражнений, направленный на воспитание выносливости у теннисистов.

4. Разработайте комплекс упражнений, направленный на воспитание гибкости

5. Классифицируйте и раскройте содержание подготовительных упражнений, направленных на освоение техники движениям руками, ногами.

6. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники подачи мяча.

7. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники перемещения.

8. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники подрезки.

9. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники нападения.

10. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники защиты.

11. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения подрезки мяча.

12. Составить комплекс упражнений для самостоятельного занятия, направленного на разностороннюю физическую подготовку теннисистов.

13. Составить комплекс упражнений для самостоятельного занятия, направленного на воспитание скоростных качеств теннисистов.

**Задания для диагностирования владения практическими навыками использования основных средств общефизической подготовки**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **п/п** | | **Тесты** | **Баллы** | | | | |
| **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| **Девушки** | | | | | | | |
| 1 | Бег 100 м (сек.) | | 15,9 | 16,0-  16,9 | 17,0-  17,8 | 17,9-  18,6 | 18,7 |
| 2 | Прыжок в длину с места (см) | | 208 | 207-194 | 193-180 | 179-164 | 163 |
| 3 | Сед из положения лёжа на спине, согнув ноги, за 30 сек. (кол-во раз) | | 26 | 25 | 24-21 | 20-15 | 14 |
| 4 | Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа (кол-во раз) | | 15-14 | 13-12 | 11-9 | 8-5 | 4-1 |
| 5 | Бег 2000 м (мин. сек.) | | 10.15-  10.49 | 10.50-  11.14 | 11.15-  11.49 | 11.50-  12.14 | 12.15 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **п/п** | **Тесты** | **Баллы** | | | | |
| **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| **Юноши** | | | | | | |
| 1 | Бег 100 м (сек.) | 13,2-  13,5 | 13,6-  13,9 | 14,0-  14,2 | 14,3-  14,5 | 14,6 |
| 2 | Прыжок в длину с места (см) | 242 | 241-231 | 230-219 | 218-203 | 202 |
| 3 | Подъём ног до касания скамейки за головой,  за 30 сек. (кол-во раз) | 13-12 | 11-10 | 9-8 | 7-6 | 5 |
| 4 | Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях (кол-во раз) | 15-13 | 12-10 | 9-8 | 7-6 | 5 |
| 5 | Сгибание-разгибание рук в висе на перекладине  (кол-во раз) | 13 | 12 | 11-10 | 9-7 | 6 |
| 6 | Бег 3000 м (мин. сек.) | 12.00-  12.34 | 12.35-  13.09 | 13.10-  13.49 | 13.50-  14.29 | 14.30 |

Каждый из предложенных тестов оценивается по 5-балльной шкале. Контрольное задание считается выполненным при условии, если испытуемый показал результат, соответствующий минимум 1 баллу. Студент, не сумевший выполнить какое-либо упражнение получает за него 0 баллов. Результаты выше табличных оцениваются в 5 баллов.

**Задания для диагностирования владения практическими навыками использования основных технических действий в волейболе для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование технического приема** | **Количество ударов** |
| 1 | Игра накатами справа по диагонали | 30 и более |
| 2 | Игра накатами слева по диагонали | 30 и более |
| 3 | Сочетание наката справа и слева в правый угол стола | 20 и более |
| 4 | Выполнение наката справа в правый и левый углы стола | 20 и более |
| 5 | Откидка слева со всей левой половины стола (кол-во ошибок за 3 мин) | 5 и менее |
| 6 | Сочетание откидок справа и слева по всему столу (кол-во ошибок за 3 мин) | 8 и менее |
| 7 | Выполнение подачи справа накатом в правую половину стола (из 10 попыток) | 8 |
| 8 | Выполнение подачи справа откидкой в левую половину стола (из 10 попыток) | 9 |
| 9 | Выполнение ударов подрезкой слева и справа и ударов топ-спин слева и справа | 30 и более |

**Блок D - Оценочные средства, используемые в рамках промежуточного контроля знаний, проводимого в форме зачетa/экзамена.**

**Вопросы к зачету**

1.Назовите игры, предшествующие современному настольному теннису.

2.История появления современного настольного тенниса.

3.Характеристика настольного тенниса как спортивной игры и как средства

физического воспитания.

4. Функции настольного тенниса: оздоровительная, развивающая, рекреационная и др.

5. Актуальные проблемы развития настольного тенниса.

6. Размеры площадки, стола, вес и размеры мяча. Ракетка для соревнований. Высота и длина сетки.

7. Отличительные особенности соревнований по круговому способу и

олимпийской системе с розыгрышем всех мест.

8. Методика проведения соревнований по круговому способу.

9. Методика проведения соревнований по олимпийской системе.

10. Правила парной игры. Системы проведения командных соревнований.

11. Одиночная встреча.

12. Правило подачи. Перерывы в игре и остановки.

13. Права и обязанности участников соревнований.

15. Состав судейской коллегии, права и обязанности судий соревнований.

16. Методика проведения соревнований по настольному теннису.

17. Основные термины настольного тенниса.

18. Основные санитарно-гигиенические требования к местам занятий настольным теннисом.

19. Общая характеристика техники игры в настольный теннис.

20. Особенности вращения полета и отскока мяча.

21. Классификация технических приемов в настольном теннисе.

22. Основные стили игры в настольном теннисе.

23. Тактика одиночной игры в настольный теннис.

24. Тактика парной игры в настольный теннис.

25. Методика обучение технике игры в настольный теннис.

26. Требования к спортивному инвентарю и уход за ним.

27. Правила техники безопасности при проведении занятий настольным теннисом.

28. Формы организации занятий настольным теннисом с различными группами населения.

30. Общее понятие о спортивной тактике и технике игры в настольный теннис.

31. Физическое качество «выносливость». Разновидности выносливости, средства и методы развития.

32. Физическое качество «быстрота». Разновидности проявления быстроты, средства и методы развития.

33. Техническая подготовка спортсмена: цели, задачи, средства, разновидности.

34. Обучение изготовке.

35. Подачи мяча: «маятник», «челнок», «веер», «бумеранг».

36. Прицеливание.

37.Положение ног.

38. Положение туловища, головы, рук.

39. Командные и индивидуальные состязания в настольном теннисе.

40. Нагрузка и ее компоненты. Дозирование физической нагрузки во время занятий настольным теннисом.

41. Планирование самостоятельных занятий по настольному теннису с целью совершенствования физического развития.

42. Настольный теннис как средство профессионально-прикладной физической подготовки.

43. Настольный теннис как воспитательное средство физической культуры.

44. Рекреационные формы занятий настольным теннисом.

45. Структура техники игры в настольный теннис.

46.Техника основных передач в настольном теннисе.

47.Техника основных ударов в настольном теннисе.

48.Инвентарь для игры в настольный теннис.

49.Правила подачи в настольном теннисе.

50.Основные правила игры в настольный теннис.

51.Правила ведения счета в настольном теннисе.

52. Игра в разных направлениях. Групповые игры.

53.Анализ основных способов подач в настольном теннисе.

54.Анализ основных ударов в настольном теннисе.

55.Анализ тактических действий в одиночных играх теннисистов.

56.Анализ тактических действий в парных играх теннисистов.

57.Упражнения для начального обучения.

58. Участие в соревнованиях по другим видам спорта в соответствии с индивидуальными и групповыми планами подготовки.

59. Занятия различными видами спорта. Выполнение упражнений из других видов спорта.

60. Специальная физическая подготовка теннисиста.

**Оценивание выполнения тестов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Бинарная  шкала | Показатели | Критерии |
| Зачтено | Полнота выполнения тестовых заданий;  Своевременность выполнения;  Правильность ответов на вопросы;  Самостоятельность тестирования. | Выполнено от 50 до 75 % заданий предложенного теста, в заданиях открытого типа дан неполный ответ на поставленный вопрос, в ответе не присутствуют доказательные примеры, текст со стилистическими и орфографическими ошибками. |
| Не зачтено | Выполнено менее 50 % заданий предложенного теста, на поставленные вопросы ответ отсутствует или неполный, допущены существенные ошибки в теоретическом материале (терминах, понятиях). |

**Оценивание ответа на зачете**

| Бинарная шкала | Показатели | Критерии |
| --- | --- | --- |
| Зачтено | 1. Полнота изложения теоретического материала;  2. Полнота и правильность решения практического задания;  3. Правильность и/или аргументированность изложения (последовательность действий);  4. Самостоятельность ответа;  5. Культура речи. | 1 Дан полный, в логической последовательности развернутый ответ на поставленный вопрос, где он продемонстрировал знания предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину, самостоятельно, и исчерпывающе отвечает на дополнительные вопросы, приводит собственные примеры по проблематике поставленного вопроса, решил предложенные практические задания без ошибок.   1. Дан развернутый ответ на поставленный вопрос, где студент демонстрирует знания, приобретенные на лекционных и семинарских занятиях, а также полученные посредством изучения обязательных учебных материалов по курсу, дает аргументированные ответы, приводит примеры, в ответе присутствует свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается неточность в ответе. Решил предложенные практические задания с небольшими неточностями. 2. Дан ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой дисциплины, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы, знанием основных вопросов теории, слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры, недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько ошибок в содержании ответа и решении практических заданий. |
| Не зачтено | Дан ответ, который содержит ряд серьезных неточностей, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы, незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов, неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Выводы поверхностны. Решение практических заданий не выполнено, т. е. студент не способен ответить на вопросы даже при дополнительных наводящих вопросах преподавателя. |

Оценивание ответа **творческой работы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 4-балльная шкала | Показатели | Критерии |
| Отлично | 1. Полнота изложения теоретического материала; 2. Правильность и/или аргументированность изложения (последовательность действий); 3. Самостоятельность ответа; 4. Культура речи; 5. Степень осознанности, понимания изученного 6. Глубина / полнота рассмотрения темы; 7. соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам | Дан полный, в логической последовательности развернутый ответ на поставленный вопрос, где он продемонстрировал знания предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину, самостоятельно, и исчерпывающе отвечает на дополнительные вопросы, приводит собственные примеры по проблематике поставленного вопроса, решил предложенные практические задания без ошибок. |
| Хорошо | Дан развернутый ответ на поставленный вопрос, где студент демонстрирует знания, приобретенные самостоятельно, а также полученные посредством изучения обязательных учебных материалов по дисциплине, дает аргументированные ответы, приводит примеры, в ответе присутствует свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается неточность в ответе. |
| Удовлетворительно | Дан ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой дисциплины, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы, знанием основных вопросов теории, слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры, недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. |
| Неудовлетвори­тельно | Дан ответ, который содержит ряд серьезных неточностей, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы, незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов, неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Выводы поверхностны. |

**Оценивание практических заданий (составление комплексов общих развивающих упражнений)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Бинарная шкала | Показатели | Критерии |
| Зачтено | 1. Самостоятельность в презентации комплекса ОРУ; 2. владение терминологией; 3. характер представления результатов (наглядность, оформление, самостоятельное выполнение комплекса упражнений, донесение до слушателей, способность давать указания по выполнению во время показа) | Студент правильно выполнил задание. Показал отлич­ные владения навыками применения полученных знаний и умений при решении задания в рамках усвоенного учебного материала. |
| Студент выполнил задание с небольшими неточностями. Показал хорошие владения навыками применения полу­ченных знаний и умений при решении задания в рамках усвоенного учебного материала. |
| Студент выполнил задание с существенными неточностями. Показал удовлетворительное владение навыками применения полученных знаний и умений при решении задания в рамках усвоенного учебного материала |
| Не зачтено | При выполнении задания студент продемонстрировал недостаточный уровень владения умениями и навыками при решении задач в рамках усвоенного учебного материала. |

**Оценивание практических заданий по выполнению физических упражнений контрольных нормативов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Бинарная шкала | Показатели | Критерии |
| Зачтено | 1. Уровни развития кондиционных и координационных способностей.  2. Качество технической и тактической подготовленности. | Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно. чётко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; студент понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим студентом; уверенно выполняет учебный норматив.  Либо - двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. |
| Не зачтено | Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка. |

**Оценивание ответа на зачете**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Оценочные средства | Критерий для оценки «Зачтено» | Критерий для оценки «не зачтено» |
| Зачет | продемонстрировано глубокое знание вопросов в билете, продемонстрировано отличное владение терминологией, проявлено умение убеждать с использованием логичных доводов раскрыты все вопросы в билете | вопросы в билете вызывают затруднения, профессиональная терминология при ответе отсутствует, очень ограничена или неверно используется |

**Раздел 3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Основными этапами формирования компетенций по дисциплине при изучении студентами дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой разделов. В целом по дисциплине оценка «зачтено» ставится в следующих случаях:

- обучаемый демонстрирует самостоятельность в применении знаний, умений и навыков к решению учебных заданий в полном соответствии с образцом, данным преподавателем, по заданиям, решение которых было показано преподавателем, следует считать, что компетенция сформирована, но ее уровень недостаточно высок.

- обучаемый способен продемонстрировать самостоятельное применение знаний, умений и навыков при решении заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель при потенциальном формировании компетенции, подтверждает наличие сформированной компетенции, причем на более высоком уровне. Наличие сформированной компетенции на повышенном уровне самостоятельности со стороны обучаемого при ее практической демонстрации в ходе решения аналогичных заданий следует оценивать, как положительное и устойчиво закрепленное в практическом навыке.

- обучаемый демонстрирует способность к полной самостоятельности (допускаются консультации с преподавателем по сопутствующим вопросам) в выборе способа решения неизвестных или нестандартных заданий в рамках учебной дисциплины с использованием знаний, умений и навыков, полученных как в ходе освоения данной учебной дисциплины, так и смежных дисциплин, следует считать компетенцию сформированной на высоком уровне.

Оценка «незачтено» ставится при неспособности обучаемого самостоятельно продемонстрировать наличие знаний при решении заданий, которые были представлены преподавателем вместе с образцом их решения, отсутствие самостоятельности в применении умения к использованию методов освоения учебной дисциплины и неспособность самостоятельно проявить навык повторения решения поставленной задачи по стандартному образцу свидетельствуют об отсутствии сформированной компетенции. Отсутствие подтверждения наличия сформированности компетенции свидетельствует об отрицательных результатах освоения учебной дисциплины.

При оценивании результатов обучения: знания, умения, навыки и/или опыта деятельности (владения) в процессе формирования заявленных компетенций используются различные формы оценочных средств текущего, рубежного и итогового контроля (промежуточной аттестации).

| п/п | Наименование оценочного средства | Краткая характеристика оценочного средства | Представление оценочного средства в фонде |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Практические задания и задачи | Различают задачи и задания:  а) репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины;  б) реконструктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей;  в) творческого уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения.  Рекомендуется для оценки знаний умений и владений студентов. | Комплексы упражнений для самостоятельных занятий |
| 2 | Практические задания для самооценки двигательных навыков | Задания репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; | Таблица контрольных физических упражнений |
| 3 | Тест | Система стандартизированных простых и комплексных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний, умений и владений обучающегося.  Рекомендуется для оценки знаний, умений и владений студентов.  Используется веб-приложение «Универсальная система тестирования БГТИ». На тестирование отводится 60 минут. Каждый вариант тестовых заданий включает 40 вопросов. За каждый правильный ответ на вопрос дается 1 балл. Оценка «зачтено» выставляется студенту, если он набрал 50 % правильных ответов. Оценка «не зачтено» ставится, если студент набрал менее 50 % правильных ответов. | Фонд тестовых заданий |
|  | Зачет (дифференцированный зачет) | Средство, позволяющее оценить знания, умения и владения обучающегося по учебной дисциплине. Рекомендуется для оценки знаний, умений и владений студентов.  С учетом результативности  Работы студента может быть принято решение о признании студента освоившим отдельную часть или весь объем учебного предмета по итогам семестра и проставлении в зачетную книжку студента – «зачтено». Студент, не выполнивший минимальный объем учебной работы по дисциплине, не допускается к сдаче зачета.  Зачет сдается в устной форме или в форме тестирования. | Комплект теоретических вопросов |