

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
**«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий кафедрой ТТПП  
\_\_\_\_\_ В.Г. Попов

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

дисциплины: **Физическая культура и спорт**

для направления подготовки 19.03.01 Биотехнология,  
направленность (профиль): Биотехнологии в индустрии питания

форма обучения: **очная**

Фонд оценочных средств разработан для направления подготовки: 19.03.01  
Биотехнология, Направленность (профиль): Биотехнологии в индустрии питания

Фонд оценочных средств рассмотрен  
на заседании кафедры Товароведения и технологии продуктов питания  
Протокол № 6 от 18.01.2024 г.

## 1. Формы аттестации по дисциплине

1.1. Форма промежуточной аттестации: Зачёт

Способ проведения промежуточной аттестации: тестирование физической подготовленности

1.2. Формы текущей аттестации:

Таблица 1.1

| № п/п | Форма обучения   |     |      |
|-------|--|-----|------|
|       | ОФО  | ЗФО | ОЗФО |
| 1     | 2  | 3   | 4    |
| 1     | Работа на практических занятиях/<br>Подготовка материалов для реферата | -   | -    |
| 2     | Работа на практических занятиях/<br>Подготовка материалов для реферата | -   | -    |
| 3     | Работа на практических занятиях/<br>Подготовка материалов для реферата | -   | -    |

## 2. Результаты обучения по дисциплине, подлежащие проверке при проведении текущей и промежуточной аттестации

Таблица 2.1

| № п/п | Структурные элементы дисциплины |   | Код результата обучения по дисциплине                 | Оценочные средства  |  |
|-------|---------------------------------|---|---|---|--|
|       | Номер раздела                   | Дидактические единицы (предметные темы)   |   | Текущая аттестация  | Промежуточная аттестация                               |
| 1     | 2                               | 3   | 4   | 5   | 6  |
| 1     | 1                               | Основы техники бега   | УК-7.1<br>У1,В1<br>УК-7.2<br>У2,В2<br>УК-7.3<br>У3,В3 | <u>Работа на практических занятиях:</u><br>- овладение техникой бега<br>- овладение техникой низкого, высокого старта, поворотов в беге, технике финиширования<br>- овладение техникой прыжка с места в длину | Тестирование физической подготовленности /<br>Реферат* |
| 2     |                                 | Обучение технике низкого, высокого старта, поворота в беге, технике финиширования |   |   |  |
| 3     |                                 | Обучение основам техники прыжка в длину, с места                                  |   |   |  |
| 4     | 2                               | Обучение стойкам и перемещениям в волейболе, передачи мяча                        | УК-7.1<br>У1,В1<br>УК-7.2<br>У2,В2<br>УК-7.3<br>У3,В3 | <u>Работа на практических занятиях:</u><br>- овладение техникой перемещения в волейболе и передачи мяча<br>- овладение техникой передачи волейбольного мяча   |  |
| 5     |                                 | Обучение технике подачи волейбольного мяча.                                       |   |   |  |
| 6     | 3                               | Обучение технике передвижений в баскетболе и передачи. ведения, и ловли мяча      | УК-7.1<br>У1,В1<br>УК-7.2<br>У2,В2<br>УК-7.3<br>У3,В3 | <u>Работа на практических занятиях:</u><br>- овладение техникой передвижения, передачи, ведения и ловли мяча<br>- овладение техникой бросков, игровой деятельностью   |  |
| 7     |                                 | Обучение технике бросков в баскетболе. Игровая практика.                          |   |   |  |
| 8     | 4                               | Обучение технике отжиманий от пола.   | УК-7.1<br>У1,В1<br>УК-7.2<br>У2,В2<br>УК-7.3<br>У3,В3 | <u>Работа на практических занятиях:</u><br>- овладение техникой отжиманий от пола<br>- овладение техникой гибкости в наклоне<br>- овладение техникой подтягивания на высокой и низкой перекладине             |  |
| 9     |                                 | Обучение технике наклона при определении степени гибкости                         |   |   |  |
| 10    |                                 | Обучение технике подтягивания на высокой/низкой перекладине                       |   |   |  |

|    |   |  |   |  |
|----|---|--|---|--|
| 11 | Обучение технике сгибания туловища из положения лежа, в сед |  | - овладение техникой сгибания туловища из положения лежа, в сед |  |
|----|---|--|---|--|

\* - для обучающихся, освобожденных от занятий по медицинским показаниям

### 3. Фонд оценочных средств

3.1. Фонд оценочных средств, позволяющих оценить результаты обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт», включает в себя оценку степени владения физкультурно-спортивными навыками по разделам: строевая подготовка, легкая атлетика, волейбол, баскетбол и общая физическая подготовка, огневая и стрелковая подготовка, с оценкой уровня развития физических качеств и подготовленности.

3.2. Фонд оценочных средств для текущей аттестации включает:

- оценка техники выполнения двигательных действий и приобретенных навыков на практических занятиях по разделам программы: строевая подготовка, легкая атлетика, волейбол, баскетбол, огневая и стрелковая подготовка (Приложение 1), количество – 5;

- подготовку материала для контрольной работы в виде реферата на заданную тему, для обучающихся, освобожденных от занятий по медицинским показаниям (Приложение 3), количество – 36;

- подготовку материала для контрольной работы в виде реферата на заданную тему, для обучающихся очно-заочной и заочной форм обучения (Приложение 3), количество – 36;

3.3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации включает:

- выполнение тестовых заданий на демонстрацию уровня развития физических качеств по общей физической подготовке (Приложение 2), количество – 7.

- выполнение контрольной работы в виде реферата на заданную тему, для обучающихся, освобожденных от занятий по медицинским показаниям (Приложение 3), количество – 36;

- выполнение контрольной работы в виде реферата на заданную тему, для обучающихся очно-заочной и заочной формы обучения (Приложение 3), количество – 36;

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Кафедра физической культуры и спорта

**Оценочные критерии техники выполнения двигательных действий на практических занятиях  
по разделам программы строевая подготовка и легкая атлетика для I текущей аттестации**

| Номер раздела | Оценочные средства  | Оценка в баллах (0...28)   |  |  |
|---------------|---|--|--|--|
|               |   | 0 - 8  | 9 - 18   | 19 - 28  |
| 1             | Овладение техникой бега   | Не владеет техникой бега, допускает грубые ошибки  | Владеет техникой бега, допускает незначительные ошибки   | Хорошо владеет техникой бега, не допускает ошибок  |
|               | Овладение техникой низкого, высокого старта, поворота в беге, финиширования | Не владеет техникой низкого старта, допускает грубые ошибки в поворота в беге, финишировании | Владеет техникой низкого старта, поворота в беге, финиширования, допускает незначительные ошибки | Хорошо владеет низкого старта, поворота в беге, финиширования.                             |
|               | Овладение техникой прыжка с места в длину                                   | Не владеет техникой прыжка в длину с места, допускает грубые ошибки                          | Владеет техникой прыжка в длину с места, допускает незначительные ошибки                         | Хорошо владеет техникой прыжка в длину с места, выполняет двигательное действие без ошибок |

**Оценочные критерии техники выполнения двигательных действий на практических занятиях  
по разделам программы волейбол и баскетбол для II текущей аттестации**

| Номер раздела | Оценочные средства  | Оценка в баллах (0...32)   |   |  |
|---------------|---|--|---|--|
|               |   | 0 - 10   | 11 - 20   | 21 - 32  |
| 2             | Овладение техникой перемещения в волейболе и передачи мяча      | Не владеет техникой перемещения в волейболе и передачи мяча      | Владеет техникой перемещения в волейболе и передачи мяча      | Хорошо владеет техникой перемещения в волейболе и передачи мяча      |
|               | Овладение техникой передачи волейбольного мяча                  | Не владеет техникой передачи волейбольного мяча                  | Владеет техникой передачи волейбольного мяча                  | Хорошо владеет техникой передачи волейбольного мяча                  |
| 3             | Овладение техникой передвижения, передачи, ведения и ловли мяча | Не владеет техникой передвижения, передачи, ведения и ловли мяча | Владеет техникой передвижения, передачи, ведения и ловли мяча | Хорошо владеет техникой передвижения, передачи, ведения и ловли мяча |
|               | Овладение техникой бросков, игровой деятельностью               | Не владеет техникой бросков, игровой деятельностью               | Владеет техникой бросков, игровой деятельностью               | Хорошо владеет техникой бросков, игровой деятельностью               |

**Оценочные критерии техники выполнения двигательных действий на практических занятиях  
по разделам программы для III текущей аттестации**

| Номер раздела | Оценочные средства   | Оценка в баллах (0...30)   |  |  |
|---------------|--|--|--|--|
|               |  | 0 - 10   | 11 - 20  | 21 - 30  |
| 5             | Выполнение строевого шага, движения в строю, поворотов в движении, команд. | Не владеет техникой строевого шага, не умеет выполнять команд при построении и перестроении. | Владеет техникой строевого шага, допускает незначительные ошибки | Хорошо владеет техникой строевого шага, выполняет команды при построении |
| 6             | Овладение приемами, правилам и техникой стрельбы из стрелкового оружия     | Не владеет приемами, правилам и техникой стрельбы из стрелкового оружия                      | Владеет не точной техникой, приемами и правилами стрельбы        | Хорошо владеет техникой, приемами и правилами стрельбы                   |
|               | Овладение техникой сборки и разборки оружия                                | Не владеет техникой сборки и разборки оружия   | Владеет медленной техникой сборки и разборки стрелкового оружия  | Хорошо владеет техникой сборки и разборки стрелкового оружия             |

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
 Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
 «ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Кафедра физической культуры и спорта

Тестирование общей физической подготовленности в промежуточной аттестации  
 для обучающихся очной формы обучения

| №             | Критерии:  | Уровень подготовленности |      |               |       |               |        |   |
|---------------|--|--------------------------|------|---------------|-------|---------------|--------|---|
|               |  | низкий балл              |      | средний балл  |       | высокий балл  |        |   |
| 1             | Бег 100 м  | юн.                      | 14.3 | 0,5           | 14.0  | 1             | 13.0   | 2 |
|               |  | дев.                     | 17.7 |               | 17.3  |               | 16.3   |   |
| 3             | Прыжок в длину с места (см)                        | юн.                      | 210  | 0,5           | 220   | 1             | 240    | 2 |
|               |  | дев.                     | 169  |               | 175   |               | 180    |   |
| 4             | Сгибание и разгибание рук, в упоре лёжа            | юн.                      | 20   | 1             | 25    | 2             | 35     | 3 |
|               |  | дев.                     | 7    |               | 10    |               | 14     |   |
| 5             | Подъём туловища в сед, из положения лёжа, за 1 мин | дев.                     | 30   | 1             | 35    | 2             | 43     | 3 |
|               |  | юн.                      | 25   |               | 30    |               | 40     |   |
| Сумма баллов: |  | 0 – 3                    |      | Сумма баллов: | 4 - 6 | Сумма баллов: | 7 - 10 |   |

Составитель:  
 доцент, к. биол. н. доцент С.И. Хромина

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Кафедра физической культуры и спорта

Примерные темы рефератов:  
для обучающихся освобожденных от занятий физической культурой по медицинским  
показаниям очной формы обучения

**Лёгкая атлетика**

1. Легкая атлетика в системе физического воспитания.
2. Легкая атлетика: история, виды, техника ходьбы.
3. Легкая атлетика: история, виды, техника бега.
4. Легкая атлетика: история, виды, техника прыжков.

**Волейбол**

- 5 Волейбол: азбука волейбола.
- 6 Волейбол: передачи.
- 7 Волейбол: подача.

**Баскетбол**

8. Баскетбол: азбука баскетбола.
9. Баскетбол: элементы техники.
10. Баскетбол: броски мяча.

**Физическая культура и спорт**

11. Формирование ценностных ориентаций к занятиям физической культурой и спортом
  12. Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности.
  13. Средства физической культуры в повышении функциональных возможностей организма.
  14. Физиологическая характеристика состояний организма при занятиях физическими упражнениями и спортом.
  15. Развитие быстроты
  16. Развитие двигательных способностей
  17. Развитие основных физических качеств юношей.
  18. Развитие основных физических качеств девушек.
  19. Опорно-двигательный аппарат. Развитие силы и мышц. Влияние физических упражнений на мышцы. Комплексы упражнений при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
  20. Сердечнососудистая, дыхательная и нервная системы
  21. Утренняя гигиеническая гимнастика. Физическая культура и физическое воспитание
  22. Характеристика основных форм оздоровительной физической культуры
  23. Основы методики и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.
  24. Контроль, самоконтроль в занятиях физической культурой и спортом.
  25. Профилактика травматизма на занятиях физической культурой и спортом
  26. Утренняя гигиеническая гимнастика и ее значение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.
- Здоровый образ жизни.**
27. Научная организация труда: утомление, режим, гиподинамия, работоспособность, двигательная активность, самовоспитание.
  28. Гигиенические и естественные факторы природы: режим труда и отдыха
  29. Биологические ритмы и сон
  30. Наука о весе тела и питании человека.
  31. Формирование двигательных умений и навыков.
  32. Воспитание основных физических качеств человека 5.7. Основы спортивной тренировки.
  33. Лечебная физическая культура: комплексы физических упражнений направленных на устранение различных заболеваний
  34. Физическая культура как средство борьбы от переутомления и низкой работоспособности
  35. Основные методы коррекции фигуры с помощью физических упражнений
  36. Основные системы оздоровительной физической культуры

## Общие положения и требования к написанию реферата

Структура реферата:

- титульный лист;
- введение: 1 – 2 стр. с обоснованием актуальности раскрываемой темы;
- основная часть структурирована по разделам: 10-12 стр.;
- выводы: 0,5 – 1 стр.
- список использованной литературы: 5 – 15 источников

Общий объём реферата – не менее 15 страниц, на листах, формата А4.

Защита реферата происходит публично (в присутствии группы обучающихся).

### Сумма баллов

### Критерии оценки реферативной работы

|          |   |
|----------|---|
| 61 - 75  | <p>Содержание соответствует теме реферата. Дано обоснование актуальности. Глубоко и полно раскрыты основные понятия обсуждаемой проблемы. Выводы соответствуют задачам и разделам реферата, основные положения исследования аргументированы. Соблюдены требования к оформлению и объёму реферата.</p> <p>В реферативную тему исследования привнесена определённая новизна и проявлена самостоятельность в освещении содержания проблемы.</p>  |
| 76 - 90  | <p>Прослеживается наличие собственного подхода в раскрытии содержания вопроса. Методология рассматриваемой тематики соответствует требованиям, предъявляемым к исследованию проблемы. В выводах работы кратко и полно отражены проблемы исследования. В достаточной мере использованы сведения из современных научно-методических источников. Показано владение терминологией и понятийным аппаратом исследуемой темы. Соблюдены все требования к оформлению, культуре и стилю изложения.</p>   |
| 91 - 100 | <p>Присутствуют новизна и самостоятельность в решении поставленных задач, прослеживается наличие авторской новизны. Глубоко и полно раскрыты возникшие в процессе исследования проблемы, что находит соответствующее отражение в выводах. Хорошо показано умение работать с современной научно-методической литературой. Количество проанализированной литературы соответствует требованиям. Соблюдены все требования по объёму, структуризации и оформлению исследования. Автор в полной мере владеет литературным и специальным стилем подачи материала реферата.</p> |