

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Саратовский государственный аграрный университет
имени Н.И. Вавилова»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой
/Беглов М.В./
«28» мая 2018 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Дисциплина	ГРЕБЛЯ-ИНДОР
Направление подготовки	35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции
Профиль подготовки	Технологии пищевых производств в АПК
Квалификация (степень) выпускника	Бакалавр
Нормативный срок обучения	4 года
Кафедра-разработчик	Физическая культура
Ведущий преподаватель	Панина О.В., доцент

Разработчик(и): доцент, Скосырева Е.Н.


(подпись)

Саратов 2018

Содержание

1	Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП	3
2	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	7
3	Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	14
4	Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы их формирования	19

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП

В результате изучения дисциплины «Гребля-индор», обучающиеся в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции профиль Технологии пищевых производств в АПК, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.07.2017г. № 669, формируют следующие компетенции: «Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности» (УК-7).

Таблица 1

Формирование компетенций в процессе изучения дисциплины «Гребля-индор»

Компетенция		Структурные элементы компетенции (в результате освоения дисциплины обучающийся должен знать, уметь, владеть)	Этапы формирования компетенции в процессе освоения ОПОП (семестр)*	Виды занятий для формирования компетенции	Оценочные средства для оценки уровня сформированности компетенции
Код	Наименование				
1	2	3	4	5	6
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<p>знает: технику безопасности на занятиях по избранному виду спорта, социально-биологические основы физической культуры</p> <p>умеет: соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений.</p> <p>владеет: приемами страховки и способами оказания первой помощи во время занятий физическими упражнениями</p>	2	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
УК-7	<i>Способен под-</i>	знает: основы	3	Практические	Тесты по физиче-

	<p><i>держивать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i></p>	<p><i>здорового образа и стиля жизни; гигиенические правила и структуру самостоятельных занятий;</i></p> <p>умеет: <i>осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и специальной подготовленностью; применять различные средства физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях;</i></p> <p>владеет: <i>комплексами упражнений, направленных на укрепление здоровья, обучение двигательным действиям и развитие физических качеств</i></p>		занятия	ской подготовке, демонстрация практического навыка
УК-7	<p><i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i></p>	<p>знает: <i>примерные ежедневные и недельные объемы физических нагрузок; содержание и направленность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность</i></p> <p>умеет: <i>составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражне-</i></p>	4	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка

		<p><i>ний на развитие основных физических качеств; осуществлять контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки</i></p> <p>владеет: методикой составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями и гигиенической направленности</p>			
УК-7	<p><i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i></p>	<p>знает: профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности</p> <p>умеет: управлять своим физическим здоровьем и применять оздоровительные и спортивные технологии</p> <p>владеет: способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений; технологией мониторинга собственного физического развития,</p>	5	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка

		<i>функционального состояния систем организма, физической и психической работоспособности</i>			
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<p>знает: правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;</p> <p>методические принципы спортивной тренировки</p> <p>умеет: выполнять индивидуально подобранные комплексы различной целевой направленности; применять практические навыки, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности</p> <p>владеет: навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства;</p> <p>методикой составления и проведения самостоятельных занятий физи-</p>	6	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка

		<i>ческими упражнениям тренировочной направленности</i>			
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<p>знает: основы формирования профессионально-прикладной физической культуры и понимает её интегрирующую роль в процессе формирования здоровьесбережения будущих специалистов; основы физической культуры и здорового образа жизни, методические принципы спортивной тренировки</p> <p>умеет: применять систему знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой</p> <p>владеет: способностью к самоопределению, саморазвитию и самосовершенствованию</p>	7	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка

		<i>ванию в выборе средств и методов оздоровительных и спортивных технологий; навыками организации и проведения соревнований, в качестве общественных инструкторов, и судей.</i>			
--	--	---	--	--	--

Компетенция УК-7 – также формируется в ходе освоения дисциплин: Физическая культура и спорт, и государственной итоговой аттестации.

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Перечень оценочных средств

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
1	демонстрация практического навыка	совместная деятельность группы обучающихся и педагогического работника направленная на совершенствование техники владения двигательными умениями и навыками	комплексы упражнений
2	тестирование	метод, который позволяет выявить уровень функционального состояния и основных физических качеств, развивающих профессионально значимые физические способности обучающегося	тесты физического развития

Программа оценивания контролируемой дисциплины

№ п/п	Контролируемые разделы (темы дисциплины)	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
1	Гребля-индор	УК-7	тесты физического развития, демонстрация практического навыка

Описание показателей и критериев оценивания компетенций по дисциплине «Гребля-индор» на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код ком-	Планируе-	Показатели и критерии оценивания результатов обучения
----------	-----------	---

петенции, этапы освоения компетенции	мые результаты обучения	ниже порогового уровня (неудовлетворительно)	пороговый уровень (удовлетворительно)	продвинутый уровень (хорошо)	высокий уровень (отлично)
1	2	3	4	5	6
УК-7, 2 семестр	знает:	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале
	умеет:	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования
	владеет навыками:	обучающийся не владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полу-	обучающийся в целом успешно, но не системно владеет навыками выполнения такти-	обучающийся в целом успешно владеет тактическими и практическими двигательными	обучающийся успешно и системно владеет тактическими и практическими двига-

		ченных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	ческих и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	ми навыками, но допускает отдельные ошибки	тельными навыками, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины
УК-7, 3 семестр	знает:	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале
	умеет:	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования
	владеет навыками:	обучающийся не владеет навыками выполнения	обучающийся в целом успешно, но	обучающийся в целом успешно вла-	обучающийся успешно и системно

		<p>тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки</p>	<p>не системно владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины</p>	<p>деет тактическими и практическими двигательными навыками, но допускает отдельные ошибки</p>	<p>владеет тактическими и практическими двигательными навыками, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины</p>
<p>УК-7, 4 семестр</p>	<p>знает:</p>	<p>обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки</p>	<p>обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала</p>	<p>обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей</p>	<p>обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале</p>
	<p>умеет:</p>	<p>обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины</p>	<p>обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тести-</p>	<p>обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тести-</p>	<p>обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования</p>

	владеет навыками:	обучающийся не владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	обучающийся в целом успешно, но не системно владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	обучающийся в целом успешно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, но допускает отдельные ошибки	обучающийся успешно и системно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины
УК-7, 5 семестр	знает:	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале
	умеет:	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя со-	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, ис-	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и

			временные методы и показатели оценки тестирования	пользуя современные методы и оценки тестирования	оценки тестирования
	владеет навыками:	обучающийся не владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	обучающийся в целом успешно, но не системно владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	обучающийся в целом успешно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, но допускает отдельные ошибки	обучающийся успешно и системно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины
УК-7, 6 семестр	знает:	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале
	умеет:	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, преду-	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения опреде-	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изуче-	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дис-

		смотренных программой дисциплины	ленных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	ния определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	циплины, используя современные методы и оценки тестирования
	владеет навыками:	обучающийся не владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	обучающийся в целом успешно, но не системно владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	обучающийся в целом успешно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, но допускает отдельные ошибки	обучающийся успешно и системно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины
УК-7, 7 семестр	знает:	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале
	умеет:	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими за-	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в

		трудностями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования
	владеет навыками:	обучающийся не владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	обучающийся в целом успешно, но не системно владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	обучающийся в целом успешно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, но допускает отдельные ошибки	обучающийся успешно и системно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

3.1. Входной контроль

Примерный перечень вопросов

1. Техника безопасности в бассейне.
2. Техника безопасности в тренажерном зале.
3. Техника безопасности на открытых площадках.
4. Техника безопасности в стрелковом тире.
5. Техника безопасности в спортивном зале.

Тестирование рассматривается как входной контроль, для определения уровня функционального состояния организма:

- методика проведения пробы Руфье;
- методика проведения динамометрии;
- методика проведения спирометрии (ЖЕЛ);

- методика проведения пробы на высоте вдоха (проба Штанге);
- методика проведения пробы Яроцкого;
- методика проведения пробы Ромберга;
- методика проведения ортостатической пробы;
- методика проведения тесты Купера.

3.2. Тестирования физического развития

Тестирования физического развития по дисциплине «Гребля-индор» проводится как входной контроль и после изучения определенного раздела дисциплины. Результаты тестирования учитываются при проведении промежуточной аттестации.

Тесты входного контроля для оценки физической подготовленности обучающихся по дисциплине «Гребля-индор»

Виды упражнений	муж					жен.				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Выпрыгивание из низкого приседа (кол. раз)	50	45	40	35	30	35	30	25	20	15
Прыжок в длину с места (см)	230	210	190	160	140	190	185	180	165	150
«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	8.5	9.3	10.0	10.8	11.5	8.9	9.5	10.1	11.0	11.8
Тест Купера (метры)	2800	2400	2100	1800	1600	2600	2100	1800	1600	1400
Кросс 1000м	3.10	3.20	3.30	3.45	4.00	-	-	-	-	-
Кросс 500 м -ж.	-	-	-	-	-	1.40	1.50	2.00	2.10	2.15
Подтягивание на высокой перекладине (кол.раз)	12	9	6	3	1	-	-	-	-	-
Подтягивание на низкой перекладине (кол. раз)	-	-	-	-	-	15	12	10	8	5
Отжимание в упоре лежа (кол. раз)	25	21	16	12	6	20	15	12	7	3
Поднимание туловища из положения лежа на спине с фиксированными стопами (кол. раз)	40	35	30	25	20	20	15	11	8	3
Прыжки из положения упора лежа в упор присев (кол. раз)	50	45	40	30	20	30	25	20	15	10
Приседание на правой и левой ноге(кол-во раз)	5	4	3	2	1	3	2	1	0	0

Тесты рубежного контроля для оценки физической подготовленности обучающихся по дисциплине «Гребля-индор»

Виды упражнений	муж					жен				
	5	4	2	3	1	5	4	3	2	1
Выпрыгивание из низкого приседа (кол. раз)	80	70	60	50	40	60	50	45	40	30
Бег 3000 м	9.20	9.30	9.45	10.00	10.20	11.35	11.45	12.00	12.10	12.30
Отжимание в упоре лежа (кол. раз)	40	35	30	25	20	30	25	20	15	10
Проба Руфье	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Подтягивание на высокой перекладине (кол.раз)	15	12	10	8	6					
Подтягивание на низкой перекладине (кол. раз)						18	15	12	10	8
Приседания с гирей 32 кг 6 мин. (кол. раз)	170	165	160	155	140					
Приседания с гирей 16 кг 7 мин. (кол. раз)						190	180	170	165	155
Концепт 250 м (мин,с)	0.45	0.42	0.45	0.48	0.52	0.55	1.00	1.02	1.05	1.08
Концепт 500 м (мин,с)	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.45	1.50	1.55	2.00	2.10
Концепт 1000 м (мин,с)	3.35	3.30	3.25	3.20	3.15	3.50	3.55	4.00	4.05	4.10
Концепт 1500 м (мин,с)	5.05	5.15	5.20	5.30	5.45	5.55	6.00	6.05	6.150	6.25
Концепт 2000 м (мин,с)	6.35	6.40	6.45	6.50	6.55	7.30	7.35	7.45	7.50	7.55
Концепт 6000 м (мин,с)	23.10	23.15	23.20	23.25	23.30	23.50	23.55	24.00	24.10	24.15
Тяга штанги лежа 30 кг за 2 мин.	40	38	35	32	30	-	-	-	-	-
Тяга штанги лежа 20 кг за 2 мин.						35	30	28	25	20
Жим штанги максимальный вес	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Тяга штанги лежа максимальный вес	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

3.3. Демонстрация практического навыка

Демонстрация практического навыка - рассматривается как творческий рейтинг и проводится после изучения определенного раздела дисциплины.

№ п/п	Исходное положение	Описание упражнений	Методические указания
1.	Лёжа на спине, одна рука на гру-	Диафрагмальное дыхание	4-5 раз на вдохе живот выпячивается,

	ди, другая на животе		на выходе – втягивается
2.	Лёжа на спине, руки вдоль туловища	Сгибание рук к плечам с одновременным разгибанием стоп	6-8 раз темп медленный. Дыхание произвольное.
3.	То же	С наклоном вправо, сгибание рук со скольжением кистей вдоль туловища – вдох, возвращение в и.п. – выдох. То же в другую сторону.	4-5 раз, следить за дыханием
4.	То же	Поочерёдное поднимание рук – вперёд – вверх – вдох, возвращение в и.п. – выдох.	4-5 раз амплитуда увеличивается с каждым движением
5.	То же	Поочерёдное сгибание и разгибание ног в коленном и тазобедренном суставах («ходьба на лыжах»)	4-5 раз темп медленный. Дыхание произвольное
6.	Сидя на стуле, руки опущены вниз	Попеременное разгибание ног в коленях и тазобедренных суставах с со дружественными движениями рук («шаги на месте»)	10-12 шагов. Дыхание ритмичное

3.4. Рубежный контроль

Рубежный контроль проводится в виде тестирования физической подготовленности по видам спорта в соответствии рабочей программой дисциплины. Виды тестирования приведены в п.3.2.

3.5. Промежуточная аттестация

- вид промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом по направлению подготовки (специальности) 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции профиль Технологии пищевых производств в АПК - зачет – 2,3,4,5,6,7 семестр.

Зачетные требования к практической части зачета по дисциплине «Гребля-индор»

Виды упражнений	семестр	муж					жен				
		5	4	2	3	1	5	4	3	2	1
Выпрыгивание из низкого приседа (кол. раз)		100	90	80	70	60	80	70	60	50	40
Бег 3000 м		9.20	9.30	9.45	10.00	10.20	11.35	11.45	12.00	12.10	12.30
Отжимание в упоре лежа (кол. раз)		50	45	40	35	30	35	30	25	20	15
Проба Руфье		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Подтягивание на высокой перекладине (кол.раз)		18	15	12	10	0	-	-	-	-	-

Подтягивание на низкой перекладине (кол. раз)		-	-	-	-	-	20	18	15	12	10
Приседания с гирей 32 кг 6 мин. (кол. раз)	I	120	110	105	100	90	-	-	-	-	-
	II	150	140	135	120	100	-	-	-	-	-
	III-VIII	180	175	165	155	145	-	-	-	-	-
Приседания с гирей 1 бкг 7 мин. (кол. раз)	I	-	-	-	-	-	140	130	120	110	105
	II	-	-	-	-	-	170	160	150	140	130
	III-VIII	-	-	-	-	-	200	190	180	170	160
Концепт 250 м (мин,с)	I	1.00	1.05	1.08	1.10	1.15	1.10	1.12	1.15	1.18	1.20
	II	0.50	0.52	0.55	1.00	1.05	1.00	1.08	1.10	1.15	1.18
	III	0.45	0.50	0.52	0.55	0.58	0.50	1.00	1.05	1.08	1.10
	IV-VIII	0.38	0.40	0.42	0.45	0.50	0.45	0.50	0.55	1.0	1.05
Концепт 500 м (мин,с)	I	1.50	1.55	1.58	2.00	2.05	2.00	2.02	2.05	2.08	2.10
	II	1.45	1.48	1.50	1.52	1.55	1.58				
	III	1.40	1.42	1.45	1.48	1.50	1.52				
	IV-VIII	1.30	1.35	1.40	1.45	1.48	1.40	1.45	1.50	1.55	2.00
Концепт 1000 м (мин,с)	I	4.00	4.05	4.08	4.10	4.12	4.10	4.10	4.12	4.15	4.20
	II	3.50	3.52	3.55	4.00	4.00	4.05	4.05	4.10	4.12	4.15
	III	3.40	3.45	3.50	3.55	3.55	4.00	4.00	4.05	4.08	4.10
	IV-VIII	3.30	3.40	3.45	3.48	3.50	3.50	3.55	4.00	4.05	4.08
Концепт 1500 м (мин,с)	I	5.20	5.25	5.30	5.35	5.40	5.50	5.55	6.00	6.05	6.10
	II	5.15	5.20	5.25	5.30	5.35	5.45	5.50	5.55	6.00	6.05
	III	5.10	5.15	5.20	5.25	5.30	5.40	5.45	5.50	5.55	6.00
	IV-VIII	5.00	5.10	5.12	5.15	5.25	5.35	5.40	5.45	5.50	5.55
Концепт 2000 м (мин,с)	I	7.00	7.05	7.10	7.15	7.20	7.55	8.00	8.05	8.10	8.15
	II	6.50	6.55	7.00	7.10	7.15	7.45	7.50	7.55	8.00	8.05
	III	6.40	6.45	6.55	7.00	7.10	7.35	7.45	7.50	7.55	8.00
	IV-VIII	6.30	6.35	6.35	6.40	6.45	7.25	7.30	7.35	7.40	7.45
Концепт 6000м (мин,с)	I	22.40	22.45	22.50	23.10	23.15	24.15	24.20	24.25	24.30	24.35
	II	22.30	22.35	22.45	23.05	23.10	24.05	24.10	24.15	24.20	24.25
	III	22.20	22.25	22.35	23.00	23.05	23.55	24.00	24.05	24.10	24.15
	IV-VIII	22.00	22.15	22.25	22.50	23.00	23.45	23.50	23.55	24.00	24.05
Тяга штанги лежа 30 кг за 2 мин.	I	40	35	30	25	20	-	-	-	-	-
	II	45	40	35	30	25	-	-	-	-	-
	III-VIII	55	50	45	40	35	-	-	-	-	-
Тяга штанги лежа 20 кг за 2 мин.	I	-	-	-	-	-	40	35	30	25	20
	II	-	-	-	-	-	45	40	35	30	25
	III-VIII	-	-	-	-	-	60	55	45	35	30
Жим штанги максимальный вес		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Тяга штанги лежа максимальный вес			+	+	+	+	+	+	+	+	+

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний,

**умений, навыков и (или) опыта деятельности,
характеризующих этапы формирования компетенций**

**4.1 Процедуры оценивания знаний, умений, навыков
и (или) опыта деятельности**

Контроль результатов обучения обучающихся, этапов и уровня формирования компетенций по дисциплине «Гребля-индор» осуществляется через проведение входного, текущего, рубежных, выходного контролей и контроля самостоятельной работы.

Формы текущего, промежуточного и итогового контроля, порядок начисления баллов и фонды контрольных заданий для текущего контроля разрабатываются кафедрой исходя из специфики дисциплины, и утверждаются на заседании кафедры.

Максимальное количество баллов, которое может получить обучающийся, соответствует количеству часов, отводимых на контактную работу в 2 семестре – 68 баллов, 3 семестре – 72 балла, 4 семестре – 52 балла, 5 семестре – 54 балла, 6 семестре – 46 балла, 7 семестре – 36 баллов.

Устанавливается следующая градация перевода оценки из многобалльной в четырехбалльную.

**Критерий рейтинговых оценок по дисциплине
«Гребля-индор»**

2 семестр

<i>Зачетная оценка</i>	<i>Рейтинговая оценка успеваемости</i>
отлично	58 – 68 баллов
хорошо	49 – 57 баллов
удовлетворительно	40 – 48 баллов
неудовлетворительно	менее 40 баллов

3 семестр

<i>Зачетная оценка</i>	<i>Рейтинговая оценка успеваемости</i>
отлично	62 – 72 баллов
хорошо	52 – 61 баллов
удовлетворительно	42 – 51 баллов
неудовлетворительно	менее 42 баллов

4 семестр

<i>Зачетная оценка</i>	<i>Рейтинговая оценка успеваемости</i>
отлично	45 – 52 баллов
хорошо	37 – 44 баллов
удовлетворительно	31 – 36 баллов
неудовлетворительно	менее 31 баллов

5 семестр

<i>Зачетная оценка</i>	<i>Рейтинговая оценка успеваемости</i>
отлично	46 – 54 баллов
хорошо	39 – 45 баллов
удовлетворительно	32 – 38 баллов
неудовлетворительно	менее 32 баллов

6 семестр

<i>Зачетная оценка</i>	<i>Рейтинговая оценка успеваемости</i>
отлично	40 – 46 баллов
хорошо	34 – 39 баллов
удовлетворительно	27 – 33 баллов
неудовлетворительно	менее 27 баллов

7 семестр

<i>Зачетная оценка</i>	<i>Рейтинговая оценка успеваемости</i>
отлично	31 – 36 баллов
хорошо	26 – 30 баллов
удовлетворительно	22 – 25 баллов
неудовлетворительно	менее 22 баллов

Распределение баллов рейтинговой оценки между видами контроля

- **входной контроль**, проводится на первом занятии для проверки исходного уровня обучающегося и оценки соответствия его уровня требованиям, предъявляемым при изучении дисциплины.

Максимальное число баллов, которое может набрать обучающийся по результатам входного контроля, составляет 10 % от общего количества баллов, отводимых на контактную работу в 2 семестре – 7 баллов, 3 семестре – 7 баллов, 4 семестре – 5 баллов, 5 семестре – 6 баллов, 6 семестре – 5 баллов, 7 семестре – 4 балла.

- **текущий контроль**, проводится для систематической проверки уровня сформированности компетенций обучающегося во время аудиторных занятий, в соответствии с рабочей программой дисциплины (модуля) в течение семестра.

Максимальное число баллов, которое может набрать обучающийся по результатам текущего контроля, составляет 10 % от общего количества баллов, отводимых на контактную работу в 2 семестре – 7 баллов, 3 семестре – 7 баллов, 4 семестре – 5 баллов, 5 семестре – 5 баллов, 6 семестре – 5 баллов, 7 семестре – 3 балла.

- **рубежный контроль**, проводится по окончании изучения дидактической единицы или раздела дисциплины в заранее установленное время для определения уровня сформированности компетенций обучающегося по дисциплине (модулю).

Максимальное число баллов, которое может набрать обучающийся по результатам рубежного контроля, составляет 40 % от общего количества баллов, отводимых на контактную работу в 2 семестре – 27 баллов, 3 семестре – 29 баллов, 4 семестре – 21 балл, 5 семестре – 22 балла, 6 семестре – 18 баллов, 7 семестре –

14 баллов.

-контроль самостоятельной работы (творческий рейтинг), проводится для систематической проверки внеаудиторной самостоятельной работы обучающегося в соответствии с рабочей программой дисциплины (модуля).

Максимальное число баллов, которое может набрать обучающийся по результатам контроля самостоятельной работы, составляет 10 % от общего количества баллов, отводимых на контактную работу в 2 семестре – 7 баллов, 3 семестре – 7 баллов, 4 семестре – 5 баллов, 5 семестре – 5 баллов, 6 семестре – 4 балла, 7 семестре – 4 балла.

- выходной контроль (зачет), проводится для установления уровня сформированности компетенций обучающегося по дисциплине (модулю).

Максимальное число баллов, которое может набрать обучающийся по результатам выходного контроля, составляет 30 % от общего количества баллов, отводимых на контактную работу в 2 семестре – 20 баллов, 3 семестре – 22 балла, 4 семестре – 16 баллов, 5 семестре – 16 баллов, 6 семестре – 14 баллов, 7 семестре – 11 баллов.

Обучающийся допускается к выходному контролю (зачету), если в процессе обучения по дисциплине (модулю) им набрано не менее 40 % от общего количества баллов дисциплины (модуля), при условии прохождения всех видов контроля, предусмотренных рабочей программой дисциплины (модуля), за исключением выходного.

Обучающийся, не набравший установленный минимум баллов по результатам входного и рубежного контролей, а также контроля самостоятельной работы, может, по согласованию с преподавателем, ликвидировать задолженности в установленные преподавателем сроки во внеаудиторное время до прохождения выходного контроля.

Обучающийся, набравший сумму баллов по входному, рубежным контролям, контролю самостоятельной работы, составляющую более 60 % от общего количества баллов дисциплины, может быть, по обоюдному решению преподавателя и обучающегося, аттестован автоматически – без прохождения выходного контроля по дисциплине (модулю), но не выше оценки «хорошо».

Если обучающийся претендует на более высокие баллы по дисциплине, он обязан пройти выходной контроль.

4.2 Критерии оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Компетенция сформирована на «отлично», если обучающийся демонстрирует знания, умения и владение навыками от 86 % до 100 % от уровня сформированности компетенции.

Компетенция сформирована на «хорошо», если обучающийся демонстрирует знания, умения и владение навыками от 74 % до 85 % от уровня сформированности компетенции.

Компетенция сформирована на «удовлетворительно», если обучающийся демонстрирует знания, умения и владение навыками от 60 % до 73 % от уровня сформированности компетенции.

Если обучающийся демонстрирует знания, умения и владение навыками ниже 60 % от уровня сформированности компетенции, компетенция считается не сформированной.

4.2.1. Критерии оценки выполнения тестовых заданий

При выполнении тестовых нормативов обучающийся демонстрирует:

знания: сущности движения и его назначение;

умения: разбираться в движении, объяснять, как оно выполняется;

владение навыками: демонстрации, определения и исправления ошибок.

Критерии оценки выполнения тестовых заданий

отлично	обучающийся демонстрирует: – уверенное выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности
хорошо	– обучающийся демонстрирует: – выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности
удовлетворительно	обучающийся демонстрирует: – выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности
неудовлетворительно	обучающийся демонстрирует: – выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности

4.2.2. Критерии оценки демонстрации практического навыка

При выполнении демонстрации практического навыка обучающийся демонстрирует:

знания: сущности движения и его назначение;

умения: разбираться в движении, объяснять, как оно выполняется;

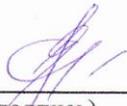
владение навыками: демонстрации, определения и исправления ошибок.

Критерии оценки демонстрации практического навыка

отлично	обучающийся демонстрирует: – выполнение движения или отдельных его элементов, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, четко, в надлежащем ритме; – понимает сущность движения, его назначение, может объяснить, как оно выполняется, определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся;
хорошо	– обучающийся демонстрирует: – выполнение движения или отдельных его элементов, с соблюдением всех требований, с незначительными ошибками, легко, четко, в надлежащем ритме; – понимает сущность движения, его назначение, может объяснить, как оно выполняется, определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся;
удовлетворительно	обучающийся демонстрирует:

	<ul style="list-style-type: none">- выполнение движения или отдельных его элементов, в основном правильно, но допускает одну грубую или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности;- низкий уровень выполнения движения в нестандартных и сложных, в соревновательных условиях занятия
неудовлетворительно	обучающийся демонстрирует: <ul style="list-style-type: none">- движение или отдельные его элементы выполнены неправильно;

Разработчик(и): доцент, Скосырева Е.Н.



(подпись)