

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт физического воспитания и спорта
Кафедра Теории методики физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директор Института
физического воспитания
и спорта

Н.А. Павлова

2026 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине

ВВЕДЕНИЕ В СПЕЦИАЛЬНОСТЬ

По направлению подготовки – 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки – Физкультурное образование

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Курс: 1 курс (1 семестр) – ОФО; 1 курс (1 триместр) – ЗФО

Разработчик:

Старший преподаватель кафедры теории и
методики физического воспитания

Менз А.И. Мещеряков

Заведующий кафедрой теории и методики
физического воспитания, к.п.н., доцент

Богданова Е.В. Богданова.

Протокол от «15» 01 2026 г. № 6

Луганск, 2026

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) – неотъемлемая часть рабочей программы дисциплины «Современные физкультурно-оздоровительные технологии фитнеса и рекреации» и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений студентов, освоивших программу дисциплины «Современные физкультурно-оздоровительные технологии фитнеса и рекреации».

1.2. Цели и задачи фонда оценочных средств

Цель ФОС – установить соответствие уровня подготовки обучающегося требованиям ФГОС ВО бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 № 940 (с изменениями и дополнениями).

1.3. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и индикаторов их достижения:

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения
Общепрофессиональные	
ОПК-15 Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	ОПК-15.1 ОПК-15.2 ОПК-15.3
ОПК-16 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	ОПК-16.1 ОПК-16.2 ОПК-16.3
Профессиональные	
ПК-2 Способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий	ПК-2.1 – знать ПК-2.2 - уметь ПК-2.3 – владеть

1.4. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности.

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства / способ оценивания
Тема 1. «Физическая культура – органическая часть культуры общества»	ОПК-15 ОПК-16 ПК-2	Устный опрос
Тема 2. «Направления профессиональной деятельности специалиста физической культуры»	ОПК-15 ОПК-16 ПК-2	Устный опрос
Тема 3. «Виды деятельности специалистов физической культуры»;	ОПК-15 ОПК-16 ПК-2	Устный опрос
Тема 4. «Двигательная деятельность как основа содержания физкультурно-спортивной деятельности»;	ОПК-15 ОПК-16 ПК-2	Устный опрос
Тема 5. «Содержание и система физического воспитания»;	ОПК-15 ОПК-16 ПК-2	Устный опрос
Тема 6. «Средства физического воспитания»;	ОПК-15 ОПК-16 ПК-2	Устный опрос
Тема 7. «Методы физического воспитания»;	ОПК-15 ОПК-16 ПК-2	Устный опрос
Тема 8. «Принципы физического воспитания»	ОПК-15 ОПК-16 ПК-2	Устный опрос
Тема 9. «Воспитание физических качеств»;	ОПК-15 ОПК-16 ПК-2	Устный опрос
Тема 10. . «Формы организации занятий физическими упражнениями в школе»	ОПК-15 ОПК-16 ПК-2	Устный опрос
Тема 11. Глоссарий	ОПК-15 ОПК-16 ПК-2	Устный опрос
Промежуточная аттестация	ОПК-15 ОПК-16	Зачёт (устный)

	ПК-2	
--	------	--

1.5. Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели)
ОПК–15	Знает: - историю строительства спортивных сооружений; - классификацию спортивных сооружений; - особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; - состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - параметры и оборудование различных спортивных объектов; - расположение зрительских мест на трибунах; - расположение помещений и устройства для судей и прессы; - устройство и классификации сооружений для лёгкой атлетики; - устройство и классификации плавательных бассейнов; - устройство сооружений для конькобежного спорта, хоккея, фигурного катания, шорт-трека; - устройство и классификацию сооружений для игровых видов спорта; - устройство сооружений для гребного, парусного, конного спорта, велотреков; - устройство тира, стенда, стрельбища; - устройство сооружений для лыжного спорта; - устройство спортсооружений для инвалидов; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в индивидуальном виде спорта; способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования. Умеет: - разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта и индивидуальному виду спорта; - выявлять неисправности спортивных объектов и

	инвентаря; - использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам. Владеет: - навыками проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по индивидуальному виду спорта с использованием инвентаря и оборудования; - навыками участия в судействе соревнований по индивидуальному виду спорта; - навыками составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - навыками проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам по ведению на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря.
ОПК-16	Знает: - принципы работы современных информационных технологий и возможности их использования для решения задач профессиональной деятельности. Умеет: - использовать принципы работы современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности. Владеет: - навыками использования принципов работы современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности.
ПК-2	Знает: - требования к содержанию образовательных программ; - рабочие документы планирования педагогического процесса; - цель, задачи, структуру, содержание, формы и виды учебных занятий различной направленности; - федеральные стандарты спортивной подготовки, типовые программы спортивной подготовки - по видам спорта. Умеет: - разрабатывать учебные планы на основе реализуемых образовательных программ; - разрабатывать учебные программы конкретных занятий в избранной физкультурно-спортивной деятельности на основе требований государственных стандартов.

	Владеет: - методикой разработки учебных планов и программ учебных занятий различной направленности; умениями воспитывать у обучающихся социально-личностные качества: целеустремленность, организованность, трудолюбие, ответственность, гражданственность, коммуникативность, толерантность.
--	--

1.6. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме устного зачёта. Студенты, выполнившие 75% текущих и контрольных мероприятий на «отлично», а остальные 25 % на «хорошо», имеют право на получение итоговой отличной оценки.

В зачётную ведомость и зачетную книжку выставляются оценки по национальной шкале, приведенной в таблице.

Вид учебной работы	Количество баллов	
	ОФО	ЗФО
	1 курс	1 курс
Практические занятия	30	30
Самостоятельная работа	30	30
Зачёт	40	40
Итого:	100	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырех-балльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90–100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	83–89	В – очень хорошо – теоретическое содержание	

		курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	75–82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63–74	Д – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50–62	Е – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21–49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при	Не зачтено

		дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	
Неудовлетворительно	0–20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведёт к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

2.1.Оценочные средства текущего контроля (типовые)

Вопросы для устного опроса:

1. Физическая культура и её сущность.
2. Структура и содержание физической культуры.
3. Специфические функции физической культуры.
4. Общекультурные функции: социальные, политические, духовные.
5. Направления и формы физической культуры:
 - базовая,
 - фоновая,
 - профессионально-прикладная,
 - оздоровительно-реабилитационная,
 - спорт.
6. Разделение труда, профессия, специальность (их признаки, взаимосвязь, единство и различие).
7. Социальный опыт, культура и уровни образования.
8. Определение и компоненты сферы деятельности специалистов физической культуры.
9. Факторы и стадии формирования сферы профессиональной деятельности.

10. Направления и профильные формы специальности «Физическая культура»:

- физическое воспитание;
- физическая рекреация;
- спорт;
- физкультурное и спортивное движение.

11. Раскрыть понятие «Двигательная деятельность».

12. Основные факторы индивидуального развития и их значение.

13. Содержание и формы двигательной деятельности.

14. Двигательные действия и их типы.

15. Двигательная активность: определение, формы и функции.

16. Физическая активность и гиподинамия.

17. Ритмы двигательной активности.

18. Составные компоненты культуры двигательной активности.

19. Сущность и разновидности воспитания.

20. Физическое воспитание, его специфика и формы.

21. Содержание сторон и уровней физического воспитания.

22. Становление системы физического воспитания в России.

23. Общие принципы построения системы физического воспитания населения.

24. Общая характеристика основ системы физического воспитания.

25. Цель и специфические задачи физического воспитания.

26. Реализация общепедагогических задач в процессе физического воспитания.