

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Алиев Шапи Изиевич
Должность: директор
Дата подписания: 28.08.2025 16:04:33
Уникальный программный ключ:
36e006639f5218c2e59fedbad0be9af0cdb36f37



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Филиал в г. Избербаше

Кафедра экономических и общеобразовательных дисциплин

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

**по
дисциплине**

Физическая культура и спорт

Образовательная программа бакалавриата:
38.03.01 Экономика

Направленность (профиль) программы:

Финансы и кредит

Уровень высшего образования:

Бакалавриат

Форма обучения:

очная, заочная, очно – заочная


Статус дисциплины: *входит в обязательную часть ОПОП*

Избербаш, 2025


Фонд оценочных средств по дисциплине «Физическая культура и спорт» составлен в 2025 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО бакалавриат по направлению подготовки 38.03.01 Экономика от «12» августа 2020 г., № 954.

Разработчик: кафедра экономических и общеобразовательных дисциплин, Багоматов Р.Б., ст. преп.

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт» одобрен:
на заседании кафедры экономических и общеобразовательных дисциплин от «_30_» января_2025__г., протокол № 6__

Зав. кафедрой _____  _____ Сулейманова А.М..
(подпись)

на заседании Методической комиссии филиала ДГУ в г. Избербаше
от «_30_» января__2025__г., протокол №_6__.

Председатель _____  _____ Алиев Ш.И..
(подпись)

Рецензент (эксперт):

Старший казначей
Отдела №26 УФК по РД



Омаров М.А.

**ПАСПОРТ
ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине
«Физическая культура и спорт»**

1.1. Основные сведения о дисциплине

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 академических часа).

Очная форма:

| Вид работы | Трудоемкость, академических часов | | |
|---|--------------------------------------|-----------|-----------|
| | 1 семестр | 2 семестр | всего |
| Общая трудоёмкость | 36 | 36 | 72 |
| Контактная работа: | | | |
| Лекции (Л) | | | |
| Практические занятия (ПЗ) | 16 | 16 | 32 |
| Консультации | | | |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен) | | зачет | |
| Самостоятельная работа: | | | |
| - подготовка к практическим занятиям; | 10 | 10 | 20 |
| - подготовка к рубежному контролю и т.п.) | 10 | 10 | 20 |

1.2. Требования к результатам обучения по дисциплине, формы их контроля и виды оценочных средств

| № п/п | Контролируемые модули, разделы (темы) дисциплины | Код контролируемой компетенции (или её части) | Оценочные средства | | Способ контроля |
|----------|---|--|---------------------------------------|---------------|-----------------------------|
| | | | наименование | №№ заданий | |
| 1 | Легкая атлетика. Гимнастика. | УК-7 | Модульно- рейтинговые нормативы | 2.1 | Прием нормативов |
| 2 | Волейбол. Баскетбол. Легкая атлетика. | УК-7 | Модульно- рейтинговые нормативы | 2.2 | Прием нормативов |

1.3. Показатели и критерии определения уровня сформированности компетенций

| № п/п | Код компете нции | Уровни сформированности компетенции | | | |
|----------|------------------------|--|---|--|---|
| | | Недостаточн ый | Удовлетворительный (достаточный) | Базовый | Повышенный |
| 1 | УК-7 | Отсутствие признаков удовлетворит ельного уровня | Знает роль и значение физической культуры в жизни человека и общества. | Демонстрирует способность использовать средства и методы физического воспитания для профессионально- личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа | Владеет способностью формировать и совершенствовать физические качества и уровень физической подготовленности образа |

| | | | | | |
|--|--|--|--|----------------|--|
| | | | | и стиля жизни. | |
|--|--|--|--|----------------|--|

2. КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ И ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ОЦЕНКИ
знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности,
характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины
«Физическая культура и спорт»

2.1 МОДУЛЬНО-РЕЙТИНГОВЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ И
ГИМНАСТИКЕ

| МУЖСКИЕ ГРУППЫ | | | | |
|---|--|--|--|--|
| №, название нормативов | | | | |
| 1. Прыжки в длину с места | 250см – 206; 240см – 156; 230см – 106 | | 260см – 206; 250см – 156; 240см – 106 | |
| 2. Подтягивание на перекладине | 13р – 206; 11р – 156; 9р – 106. | | 15р – 206; 12р – 156; 10р – 106. | |
| 3. Из виса на перекладине поднимание ног до касания рук | 10р – 206; 7р – 156; 5р – 106 | | 12р – 206; 10р – 156; 8р – 106 | |
| 4. Челночный бег (10*3) (сек) | 7/0 – 206; 7/4 – 156; 7/6 – 106 | | 7/0 – 206; 7/4 – 156; 7/6 – 106 | |
| 5. Поднимание и опускание туловища, руки за головой (ноги закреплены на гимнастической скамейке) (кол.раз/мин) | 40р – 206; 35 – 156; 30 – 106 | | 40р – 206; 35 – 156; 30 – 106 | |
| ЖЕНСКИЕ ГРУППЫ | | | | |
| №, название нормативов | | | | |
| 1. Прыжки в длину с места | 190см – 206; 180см – 156; 168см – 106 | 200см – 206; 190см – 156; 170см – 106 | 210см – 206; 200см – 156; 180см – 106 | 210см – 206; 200см – 156; 180см – 106 |
| 2. Поднимание и опускание туловища, руки за головой (ноги закреплены на гимнастической скамейке) (кол.раз) – Спец.мед.группа и.п. упор сидя на гимн.скамейке (1 – согнуть ноги, 2 – сед углом, 3- согнуть ноги, 4 – и.п. (кол.раз) | 40р – 206; 30р – 156; 25р – 106 13р – 206; 12р – 156; 10р – 106 | 60р – 206; 50р – 156; 40р – 106 13р – 206; 12р – 156; 10р – 106 | 65р – 206; 60р – 156; 50р – 106 13р – 206; 12р – 156; 10р – 106 | 65р – 206; 60р – 156; 50р – 106 13р – 206; 12р – 156; 10р – 106 |
| 3. Сгибание и разгибание рук в упоре на гимнастической скамейке (кол.раз) – Спец.мед.группа и.п. упор стоя на коленях от гимн. скамейки | 20р – 206; 15р – 156; 10р – 106 13р – 206; 12р – 156; 10р – 106 | 30р – 206; 25р – 156; 20р – 106 13р – 206; 12р – 156; 10р – 106 | 35р – 206; 30р – 156; 25р – 106 13р – 206; 12р – 156; 10р – 106 | 35р – 206; 30р – 156; 25р – 106 13р – 206; 12р – 156; 10р – 106 |
| 4. Челночный бег (10*3) (сек) | 8/4 – 206, 8/6 – 156, 8/8 – 106 | 8/2 – 206, 8/4 – 156, 8/6 – 106 | 8/0 – 126, 8/2 – 156, 8/4 – 106 | 8/0 – 126, 8/2 – 15, 8/4 – 106 |
| 5. Приседание на правой, левой у опоры | 13р – 206; | 13р – 206; | 14р – 206; | 14р – 206; |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| (кол.раз) по выбору | 12р – 15б; 10р – 10б | 12р – 15б; 10р – 10б | 12р – 15б; 10р – 10б | 12р – 15б; 10р – 10б |
| 6. Метание малого мяча на дальность (м) по выбору | 22м – 20б; 20м – 15б; 18м – 10б | 22м – 20б; 20м – 15б; 18м – 10б | 25м – 20б; 22м – 15б; 20м – 10б | 25м – 20б; 22м – 15б; 20м – 10б |
| – Спец.мед.группа | 15м – 20б; 14м – 15б; 12м – 10б | 15м – 20б; 14м – 15б; 12м – 10б | 18м – 20б; 15м – 15б; 12м – 10б | 18м – 20б; 15м – 15б; 12м – 10б |
| 7. И.п. стойка ноги врозь руки на пояс, глубокое приседание, руки произвольно. (кол.раз) (по выбору) | 30р – 20б; 25р – 15б; 20р – 10б | 30р – 20б; 25р – 15б; 20р – 10б | 30р – 20б; 25р – 15б; 20р – 10б | 30р – 20б; 25р – 15б; 20р – 10б |

Примечание для спец.группы: оставшиеся 2 зачетных норматива студенты защищают посредством защиты реферата

Посещаемость 100% – 30 баллов

За активность – 10 баллов

2.2 МОДУЛЬНО-РЕЙТИНГОВЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ВОЛЕЙБОЛУ И БАСКЕТБОЛУ

| МУЖСКИЕ ГРУППЫ | | | | |
|--|--|--|---|---|
| №, название нормативов | | | | |
| Волейбол | | | | |
| 1. Передача мяча сверху двумя руками (над собой) | 20р – 20б; 15 р – 15 б; 10р – 10 б | 20р – 20б; 15 р – 15 б; 10р – 10 б | 20р – 20б; 15 р – 15 б; 10р – 10 б | 20р – 20б; 15 р – 15 б; 10р – 10 б |
| 2. Передача мяча сверху двумя руками (от стены) | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б (через сетку) | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б (через сетку) | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б (через сетку) |
| 3. Прием мяча снизу двумя руками (над собой) | 20р – 20б; 15 р – 15 б; 10р – 10 б | 20р – 20б; 15 р – 15 б; 10р – 10 б | 20р – 20б; 15 р – 15 б; 10р – 10 б | 20р – 20б; 15 р – 15 б; 10р – 10 б |
| 4. Прием мяча снизу двумя руками (от стены) | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б (через сетку) | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б (через сетку) | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б (через сетку) |
| 5. Подача мяча (нижняя прямая) | 7/5-20б; 7/4-15б; 7/3-10б | 7/5-20б; 7/4-15б; 7/3-10б | 7/5-20б; 7/4-15б; 7/3-10б (верхняя прямая) (по выбору) | 7/5-20б; 7/4-15б; 7/3-10б (верхняя прямая) (по выбору) |
| | | Нападающий удар | Нападающий удар | Нападающий удар |
| Баскетбол | | | | |
| | 1.Передача мяча в парах - От груди двумя руками (в беге) - С отскоком от пола (в беге) (оценивается техника выполнения) | 1.Встречная передача мяча - От груди двумя руками (в беге) - С отскоком от пола (в беге) (оценивается техника выполнения) | 1.Передача мяча в тройках - От груди двумя руками (в беге) - С отскоком от пола (в беге) (оценивается техника) | 1.Передача мяча в тройках - От груди двумя руками (в беге) - С отскоком от пола (в беге) (оценивается техника) |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | выполнения) | выполнения) |
| | 2. Ведение мяча, два шага, бросок по кольцу (оценивается техника ведения двух шагов и броска по кольцу, попадание не учитывается) | 2. Ведение мяча, два шага, бросок по кольцу (оценивается техника ведения двух шагов и броска по кольцу, попадание не учитывается) | 2. Ведение мяча, два шага, бросок по кольцу (оценивается техника ведения двух шагов и броска по кольцу, попадание не учитывается) | 2. Ведение мяча, два шага, бросок по кольцу (оценивается техника ведения двух шагов и броска по кольцу, попадание не учитывается) |
| 3. Штрафной бросок по кольцу | 5/3-20б; 5/2-15б; 5/1-10б | 5/3-20б; 5/2-15б; 5/1-10б | 5/3-20б; 5/2-15б; 5/1-10б | 5/3-20б; 5/2-15б; 5/1-10б |
| ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА | | | | |
| 1. Бег на 100 м | 13,8с-20б; 14,0с-15б; 14,2с-10б | 13,6с-20б; 13,8с-15б; 14,0с-10б | 13,4с-20б; 13,6с-15б; 13,8с-10б | 13,4с-20б; 13,6с-15б; 13,8с-10б |
| 2. Кроссовая подготовка (бег на 3000 м) | 11,30мин-20б; 11,45 мин-15б; 12,0мин-10б | 11,10мин-20б; 11,35 мин-15б; 11,45мин-10б | 11,0мин-20б; 11,20 мин-15б; 11,30мин-10б | 11,0мин-20б; 11,20мин-15б; 11,30мин-10б |

Примечание для спец.группы: оставшиеся 2 зачетных норматива студенты защищают посредством защиты реферата

Посещаемость 100% – 30 баллов

За активность – 10 баллов

| ЖЕНСКИЕ ГРУППЫ | | | | |
|--|--|---|--|--|
| №, название нормативов | | | | |
| Волейбол | | | | |
| 1. Передача мяча сверху двумя руками (над собой) | 15р – 20б; 12 р – 15 б; 10р – 10 б | 15р – 20б; 12 р – 15 б; 10р – 10 б | 15р – 20б; 12 р – 15 б; 10р – 10 б | 15р – 20б; 12 р – 15 б; 10р – 10 б |
| 2. Передача мяча сверху двумя руками (от стены) | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б (через сетку) | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б (через сетку) | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б (через сетку) |
| 3. Прием мяча снизу двумя руками (над собой) | 15р – 20б; 12 р – 15 б; 10р – 10 б | 15р – 20б; 12 р – 15 б; 10р – 10 б | 15р – 20б; 12 р – 15 б; 10р – 10 б | 15р – 20б; 12 р – 15 б; 10р – 10 б |
| 4. Прием мяча снизу двумя руками (от стены) | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б (через сетку) | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б (через сетку) | 15 р – 20б; 12р-15б; 10р-10б (через сетку) |
| 5. Поддача мяча (нижняя прямая) | 5/3-20б; 5/2-15б; 5/1-10б | 5/3-20б; 5/2-15б; 5/1-10б | 5/3-20б; 5/2-15б; 5/1-10б (верхняя прямая) (по выбору) | 5/3-20б; 5/2-15б; 5/1-10б (верхняя прямая) (по выбору) |
| | | Нападающий удар | Нападающий удар | Нападающий удар |

| Баскетбол | | | | |
|---|---|--|--|--|
| | 1.Передача мяча в парах - От груди двумя руками (в беге) - С отскоком от пола (в беге) (оценивается техника выполнения) | 1.Встречная передача мяча - От груди двумя руками (в беге) - С отскоком от пола (в беге) (оценивается техника выполнения) | 1.Передача мяча в тройках - От груди двумя руками (в беге) - С отскоком от пола (в беге) (оценивается техника выполнения) | 1.Передача мяча в тройках - От груди двумя руками (в беге) - С отскоком от пола (в беге) (оценивается техника выполнения) |
| | 2. Ведение мяча, два шага, бросок по кольцу (оценивается техника ведения двух шагов и броска по кольцу, попадание не учитывается) | 2. Ведение мяча, два шага, бросок по кольцу (оценивается техника ведения двух шагов и броска по кольцу, попадание не учитывается) | 2. Ведение мяча, два шага, бросок по кольцу (оценивается техника ведения двух шагов и броска по кольцу, попадание не учитывается) | 2. Ведение мяча, два шага, бросок по кольцу (оценивается техника ведения двух шагов и броска по кольцу, попадание не учитывается) |
| 3. Штрафной бросок по кольцу | 5/3-20б; 5/2-15б; 5/1-10б | 5/3-20б; 5/2-15б; 5/1-10б | 5/3-20б; 5/2-15б; 5/1-10б | 5/3-20б; 5/2-15б; 5/1-10б |
| ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА | | | | |
| 1.Бег на 100 м | 17,6с-20б; 17,8с-15б; 18,0с-10б | 16,8с-20б; 17,0с-15б; 17,2с-10б | 16,6с-20б; 16,8с-15б; 17,0с-10б | 16,6с-20б; 16,8с-15б; 17,0с-10б |
| 2. Кроссовая подготовка (бег на 2000 м) | 11,15мин-20б; 11,30мин-15б; 11,45мин-10б | 11,00мин-20б; 11,15мин-15б; 11,30мин-10б | 10,45мин-20б; 11,0-15б; 11,15-10б | 10,45мин-20б; 11,0-15б; 11,15-10б |

Примечание для спец.группы: оставшиеся 2 зачетных норматива студенты защищают посредством защиты реферата

Посещаемость 100% – 30 баллов

За активность – 10 баллов