Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Алиев Шапи Изиевич
Должность: директор
Дата подписания: 27.08.2026 19:45:07
Уникальный программный ключ:
36e006639f5218c2e59fedbad0be9af0cdb36f37

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Филиал в г.Избербаш

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине
«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

Кафедра экономических и общеобразовательных дисциплин

Образовательная программа бакалавриата

40.03.01 Юриспруденция

Профиль программы

Уголовно-правовой

Форма обучения
очная, заочная

Статус дисциплины: *входит в обязательную часть ОПОП*

Избербаш, 2026 год

Фонд оценочных средств по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» составлен в 2026 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО бакалавриат по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция от «13» августа 2020 г., № 1011.

Разработчик: кафедра экономических и общеобразовательных дисциплин, Багаматов Р.Б., ст. преподаватель

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» одобрен:

на заседании кафедры экономических и общеобразовательных дисциплин от «26___» _02___2026__г., протокол № 6__

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

на заседании Методической комиссии филиала ДГУ в г.Избербаше
от «_27__» _02_____2026__г., протокол №_6__.

Председатель _____ Багамаева Д.М.
(подпись)

Рецензент (эксперт):

Начальник Штаба ОМВД России по г. Избербашу
подполковник внутренней службы Муртазалиев М.О.

ПАСПОРТ
ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине
«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

1.1. Основные сведения о дисциплине

Объем дисциплины составляет не менее 328 академических часов. Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

Очная

Вид работы	Трудоемкость, академических часов							
	1с.	2с.	3с.	4с.	5с.	6с.	7с.	всего
Общая трудоёмкость								
Контактная работа:								
Лекции (Л)								
Практические занятия (ПЗ)	16	16	34	28	16	16	16	142
Консультации								
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)				***зачет***		***зачет***	***зачет***	
Самостоятельная работа:								
- подготовка к практическим занятиям;	*20*	*18*	*8*	*16*	*18*		*12*	*92*
- подготовка к рубежному контролю и т.п.)	*18*	*20*	*12*	*10*	*20*	*2*	*12*	*94*

Очная (ускоренная) форма обучения

Вид работы	Трудоемкость, академических часов						
	1с.	2с.	3с.	4с.	5с.	6с.	всего
Общая трудоёмкость							
Контактная работа:							
Лекции (Л)							
Практические занятия (ПЗ)	28	30	14	28	16		116
Консультации							
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	***зачет***		***зачет***		***зачет***		
Самостоятельная работа:							
- подготовка к практическим занятиям;	*10*	*14*	*20*	*16*	*18*	*28*	*106*
- подготовка к рубежному контролю и т.п.)	*16*	*10*	*20*	*10*	*20*	*30*	*106*

Заочная(ускоренная) форма обучения для профилей программы: гражданско-правовой и уголовно-правовой:

Вид работы	Трудоемкость, академических часов						
	1с.	2с.	3с.	4с.	5с.	6с.	всего
Общая трудоёмкость							
Контактная работа:							
Лекции (Л)							
Практические занятия (ПЗ)	2	2	8	8	8	4	36

Консультации							
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)				***зачет***		***зачет***	
Самостоятельная работа:							
- подготовка к практическим занятиям;	*30*	*30*	*26*	*22*	*30*	*20*	*158*
- подготовка к рубежному контролю и т.п.)	*22*	*22*	*20*	*20*	*34*	*12*	*130*

Заочная(ускоренная) форма обучения для профиля программы: государственно-правовой:

Вид работы	Трудоемкость, академических часов						
	1с.	2с.	3с.	4с.	6с.	8с.	всего
Общая трудоёмкость							
Контактная работа:							
Лекции (Л)							
Практические занятия (ПЗ)	4	4	6	6	4	4	28
Консультации							
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)				***зачет***	***зачет***	***зачет***	
Самостоятельная работа:							
- подготовка к практическим занятиям;	*28*	*28*	*26*	*22*	*30*	*20*	*154*
- подготовка к рубежному контролю и т.п.)	*22*	*22*	*22*	*22*	*34*	*12*	*134*

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 компетенции	Уровни сформированности компетенции			
		Недостаточный	Удовлетворительный (достаточный)	Базовый	Повышенный
1	**УК-7**	Отсутствие признаков удовлетворительного 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,	Владеет способностью формировать и совершенствовать физические качества и уровень физической подготовленности

				формирования здорового 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 «Элективные дисциплины по физической культуре»

2.1 МОДУЛЬНО-РЕЙТИНГОВЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ И ГИМНАСТИКЕ

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

6. Метание малого мяча на дальность (м) по выбору – Спец.мед.группа	**22м – 20б; 20м – 15б; 18м – 10б** **15м –20б; 14м – 15б; 12м – 10б**	**22м – 20б; 20м – 15б; 18м – 10б** **15м –20б; 14м – 15б; 12м – 10б**	**25м – 20б; 22м – 15б; 20м – 10б** **18м – 20б; 15м – 15б; 12м – 10б**	**25м – 20б; 22м – 15б; 20м – 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	**1 курс**	**2 курс**	**3 курс**	**4 курс**
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 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	2. Ведение мяча, два шага, бросок по кольцу (оценивается техника ведения двух шагов и	2. Ведение мяча, два шага, бросок по кольцу (оценивается техника ведения двух шагов и	2. Ведение мяча, два шага, бросок по кольцу (оценивается техника ведения двух шагов и

	учитывается)	броска по кольцу, попадание не учитывается)	броска по кольцу, попадание не учитывается)	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	**1 курс**	**2 курс**	**3 курс**	**4 курс**
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. Подача 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