



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Институт технологий (филиал)  
федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования «Донской государственный  
технический университет» в г. Волгодонске Ростовской области**

**(ИТ (филиал) ДГТУ в г. Волгодонске)**



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор  
И.В. Столяр  
«26» апреля 2022 г.

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ  
(ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА)**

**для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
по дисциплине  
«Гимнастика»**

для обучающихся по направлению подготовки

15.03.05 Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств  
профиль Технология машиностроения

2022 года

Волгодонск  
2022

## Лист согласования

Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине «Гимнастика» составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 15.03.05 Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 17.08.2020 № 1044) Рассмотрены и одобрены на заседании кафедры «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины» протокол № 9 от «26» апреля 2022 г.

Разработчики оценочных материалов (оценочных средств)

Ст.преподаватель

  
подпись С.В. Четвериков

Заведующий кафедрой

  
подпись В.И. Кузнецов

**Согласовано:**

Представители работодателей:

Генеральный директор АО «Волгодонский завод  
металлургического и энергетического оборудования»

  
подпись Н.А.Сакирко

Первый заместитель директора  
АО «Атоммашэкспорт»

  
подпись Н.И. Кривошлыков

## Содержание

|  |        |
|--|--------|
| 1 Паспорт оценочных материалов (оценочных средств)   | С<br>4 |
| 1.1 Перечень компетенций, формируемых дисциплиной (модулем), с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП   | 4      |
| 1.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования  | 8      |
| 1.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, описание шкал оценивания     | 9      |
| 2 Контрольные задания (демоверсии) для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы | 10     |

## **1 Паспорт оценочных материалов (оценочных средств)**

Оценочные материалы (оценочные средства) прилагаются к рабочей программе дисциплины и представляет собой совокупность контрольно-измерительных материалов (типовые задачи (задания), контрольные работы, тесты и др.) и методов их использования, предназначенных для измерения уровня достижения обучающимся установленных результатов обучения.

Оценочные материалы (оценочные средства) используются при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

### **1.1 Перечень компетенций, формируемых дисциплиной, с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП**

Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины:

УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Конечными результатами освоения дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках контактной работы, включающей различные виды занятий и самостоятельной работы, с применением различных форм и методов обучения (табл. 1).

Таблица 1 Формирование компетенций в процессе изучения дисциплины

| Код и наименование общепрофессиональной компетенции   | Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции   | Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня компетенции)  | Вид учебных занятий, работы <sup>1</sup> , формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенции <sup>2</sup> | Контролируемые разделы и темы дисциплины <sup>3</sup> | Оценочные материалы (оценочные средства), используемые для оценки уровня сформированности компетенции | Критерии оценивания компетенций <sup>4</sup> |
|---|---|---|---|---|---|--|
| УК-7:<br>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1: Знает роль физической культуры в жизни человека и общества, научно-практические основы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности             | оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.   | Лек, С.р  | 1.1-1.8, 2.1-2.5, 3.1-3.5                             | Устный опрос, зачет   | Посещаемость занятий; устный опрос.          |
|   | УК-7.2: Умеет применять на практике средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, использовать физические упражнения для профилактики | определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. Отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, | Лек, С.р  |   | Устный опрос, зачет   |  |

<sup>1</sup> Лекционные занятия, практические занятия, лабораторные занятия, самостоятельная работа

<sup>2</sup> Необходимо указать активные и интерактивные методы обучения (например, интерактивная лекция, работа в малых группах, методы мозгового штурма, решение творческих задач, работа в группах, проектные методы обучения, ролевые игры, тренинги, анализ ситуаций и имитационных моделей и др.), способствующие развитию у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств

<sup>3</sup> Указать номера тем в соответствии с рабочей программой дисциплины

<sup>4</sup> Необходимо выбрать критерий оценивания компетенции: посещаемость занятий; подготовка к практическим занятиям; подготовка к лабораторным занятиям; ответы на вопросы преподавателя в рамках занятия; подготовка докладов, эссе, рефератов; умение отвечать на вопросы по теме лабораторных работ, познавательная активность на занятиях, качество подготовки рефератов и презентацией по разделам дисциплины, контрольные работы, экзамены, умение делать выводы и др.

|  |  |   |          |  |                     |  |
|--|--|---|----------|--|---------------------|--|
|  | профессиональных заболеваний   | адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.   |          |  |                     |  |
|  | УК-7.3: Владеет навыками использования средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной профессиональной деятельности | применения комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности. | Лек, С.р |  | Устный опрос, зачет |  |

## 1.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оценивание результатов обучения по дисциплине осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации обучающихся.

По дисциплине «Гимнастика» предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль (осуществление контроля всех видов аудиторной и внеаудиторной деятельности обучающегося с целью получения первичной информации о ходе усвоения отдельных элементов содержания дисциплины); промежуточная аттестация (оценивается уровень и качество подготовки по дисциплине в целом).

Текущий контроль в семестре проводится с целью обеспечения своевременной обратной связи, для коррекции обучения, активизации самостоятельной работы обучающихся. Текущий контроль служит для оценки объёма и уровня усвоения обучающимся учебного материала одного или нескольких разделов дисциплины (модуля) в соответствии с её рабочей программой и определяется результатами текущего контроля знаний обучающихся.

Текущий контроль осуществляется два раза в семестр по календарному графику учебного процесса.

Текущий контроль предполагает начисление баллов за выполнение различных видов работ. Результаты текущего контроля подводятся по шкале балльно-рейтинговой системы. Регламент балльно-рейтинговой системы определен Положением о системе «Контроль успеваемости и рейтинг обучающихся».

Текущий контроль является результатом оценки знаний, умений, навыков и приобретенных компетенций обучающихся по всему объёму учебной дисциплины, изученному в семестре, в котором стоит форма контроля в соответствии с учебным планом.

Текущий контроль успеваемости предусматривает оценивание хода освоения дисциплины: теоретических основ и практической части.

Промежуточная аттестация по дисциплине «Гимнастика» проводится в форме зачета. В табл. 2 приведено весовое распределение баллов и шкала оценивания по видам контрольных мероприятий.

Таблица 2 Весовое распределение баллов и шкала оценивания по видам контрольных мероприятий

| Текущий контроль<br>(50 баллов)                |   |  |  |  |  | Промежуточ<br>ная<br>аттестация<br>(50 баллов) | Итоговое<br>количество<br>баллов по<br>результатам<br>текущего<br>контроля и<br>промежуточ<br>ной<br>аттестации |  |  |
|--|---|--|--|--|--|--|---|--|--|
| Блок 1   |   |  | Блок 2   |  |  |  |   |  |  |
| Лекцион<br>ные<br>занятия<br>(X <sub>1</sub> ) | Практи<br>ческие<br>заняти<br>я (Y <sub>1</sub> ) | Лаборат<br>орные<br>занятия<br>(Z <sub>1</sub> ) | Лекцион<br>ные<br>занятия<br>(X <sub>2</sub> ) | Практич<br>еские<br>занятия<br>(Y <sub>2</sub> ) | Лаборат<br>орные<br>занятия<br>(Z <sub>2</sub> ) | от 0 до 50<br>баллов                           | Менее 60<br>балла –<br>не зачтено;<br>Более 61<br>балла –<br>зачтено  |  |  |
| 20   | -   | -  | 30   | -  | -  |  |   |  |  |
| Сумма баллов за 1 блок = 20                    |   |  | Сумма баллов за 2 блок = 30                    |  |  |  |   |  |  |

Для определения фактических оценок каждого показателя выставляются следующие баллы (табл.3):

Таблица 3– Распределение баллов по дисциплине

| Вид учебных работ по дисциплине              | Количество баллов |        |
|--|-------------------|--------|
|  | 1 блок            | 2 блок |
| <i>Текущий контроль (50 баллов)</i>          |                   |        |
| Устный опрос                                 | 25                | 25     |
| <i>Промежуточная аттестация (50 баллов)</i>  |                   |        |
| Зачет в виде устного опроса                  |                   |        |
| <b>Сумма баллов по дисциплине 100 баллов</b> |                   |        |

Зачет является формой оценки качества освоения обучающимся образовательной программы по дисциплине. По результатам зачета обучающемуся выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

*Оценка «зачтено» (от 61 балла) выставляется на зачете обучающимся, если:*

- обучающийся набрал по текущему контролю необходимые и достаточные баллы для выставления оценки автоматом;

- обучающийся знает и воспроизводит основные положения дисциплины в соответствии с заданием, применяет их для выполнения типового задания в котором очевиден способ решения;

- обучающийся продемонстрировал базовые знания, умения и навыки важнейших разделов программы и содержания лекционного курса;

- у обучающегося не имеется затруднений в использовании научно-понятийного аппарата в терминологии курса, а если затруднения имеются, то они незначительные;

- на дополнительные вопросы преподавателя обучающийся дал правильные или частично правильные ответы;

Компетенция (и) или ее часть (и) сформированы на базовом уровне (уровень 1) (см. табл. 1).

*Оценка «не зачтено» (до 60 баллов) ставится на зачете обучающийся, если:*

- обучающийся имеет представление о содержании дисциплины, но не знает основные положения (темы, раздела, закона и т.д.), к которому относится задание, не способен выполнить задание с очевидным решением, не владеет навыками выполнения задания практической работы, не ориентируется в практической ситуации;

- имеются существенные пробелы в знании основного материала по программе курса;

- в процессе ответа по теоретическому и практическому материалу, содержащемуся в вопросах зачетного билета, допущены принципиальные ошибки при изложении материала;

- имеются систематические пропуски обучающийся лекционных и лабораторных занятий по неважным причинам;

- во время текущего контроля обучающийся набрал недостаточные для допуска к экзамену (зачету) баллы;

- вовремя не подготовил отчет по практическим работам, предусмотренным РПД.

Компетенция(и) или ее часть (и) не сформированы.

### **1.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности**

Оценивание результатов обучения студентов по дисциплине «Гимнастика» осуществляется по регламенту текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится с целью обеспечения своевременной обратной связи, для коррекции обучения, активизации самостоятельной работы студентов. Результаты текущего контроля подводятся по шкале балльно - рейтинговой системы, реализуемой в ДГТУ.

Текущий контроль осуществляется два раза в семестр по календарному графику учебного процесса в рамках проведения контрольных точек.

Текущего контроля у обучающихся заочной формы нет.

Формы текущего контроля знаний:

- устный опрос.

Проработка конспекта лекций и учебной литературы осуществляется студентами в течение всего семестра после изучения новой темы.

Оценка компетентности осуществляется следующим образом: в процессе беседы выявляется информационная компетентность в соответствии с вопросами устного опроса, затем преподавателем дается комплексная оценка деятельности студента.

Высокую оценку получают студенты, которые при подготовке материала для самостоятельной работы сумели самостоятельно составить логический план к теме и реализовать его, собрать достаточный фактический материал, показать связь рассматриваемой темы с современными проблемами науки и общества.

Оценка качества подготовки на основании выполненных заданий ведется преподавателем (с обсуждением результатов), баллы начисляются в зависимости от сложности задания.

Итоговый контроль освоения умения и усвоенных знаний дисциплины «Гимнастика» осуществляется в процессе промежуточной аттестации на зачете. Условием допуска к зачету является положительная текущая аттестация по всем работам учебной дисциплины, ключевым теоретическим вопросам дисциплины.

**2 Контрольные задания (демоверсии) для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

### **2.1 Задания для оценивания результатов обучения в виде знаний**

Вопросы устного опроса и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

#### **Вопросы устного опроса**

1. Характеристика групп гимнастических упражнений.
2. Специфические, образовательные, воспитательные и оздоровительные возможности гимнастических упражнений.
3. Виды гимнастики и их характеристика.
4. Характеристика новых физкультурно-спортивных видов гимнастики, их роль в укреплении здоровья, совершенствование телосложения и осанки, физической подготовленности.
5. Значение атлетической, ритмической гимнастики как эффективного средства физического воспитания и как видов спорта
6. Возникновение и развитие ритмическое и атлетической гимнастики в России и за рубежом.
7. Соревнования по атлетической гимнастике, эволюция правил соревнований, техники, тактики.
8. Перспектива развития данных видов гимнастики.
9. Техника и тактика в подготовительный и соревновательный периоды. Характеристика техники. Определение воздействия на организм нагрузок по ЧСС. Определение массы тела.
10. Индивидуальный и личностный подход к обучению гимнастическим упражнениям.

11. Специфические особенности методики формирования двигательных навыков в гимнастике.
12. Обучение гимнастическим упражнениям: создание представления об упражнении, разучивание упражнения, закрепление и совершенствование техники исполнения гимнастического упражнения.
13. Реализация принципов дидактики в процессе обучения гимнастическим упражнениям. Методы, приемы и условия обучения.
14. Техника гимнастических упражнений и общие закономерности, лежащие в ее основе.
15. Специфические особенности работы двигательного аппарата анализаторных систем, систем энергообеспечения, психических и личностных свойств гимнаста при овладении гимнастическими упражнениями.
16. Гимнастические выступления и праздники как форма социальной активности широких масс населения.
17. Происхождение гимнастики и основные закономерности ее развития.
18. Рабочие спортивно-гимнастические клубы и объединения.
19. Гимнастическая терминология как компонент системы спортивной терминологии, ее значение и краткая история развития.

### **Вопросы к зачету по дисциплине «Гимнастика»**

1. Задачи, средства и методические особенности гимнастики.
2. Виды гимнастики.
3. Национальные системы гимнастики (XVIII-XIX вв.).
4. Оздоровительные виды гимнастики.
5. Образовательно-развивающие виды гимнастики.
6. Спортивные виды гимнастики.
7. Гимнастика как учебно-педагогическая дисциплина.
8. Гимнастика как научная дисциплина. Вопросы гимнастики, требующие исследований.
9. Методы исследования, используемые в гимнастике.
10. Значение гимнастической терминологии (понятие термин). Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии.
11. Способы образования терминов.
12. Правила применения терминов и правила сокращения.
13. Характеристика строевых упражнений (значение, задачи, классификация).
14. Основные требования, предъявляемые к преподавателю при подаче команд и распоряжений (громкость голоса, интонация, паузы, ударение в словах, выбор места).
15. Углы, линии и точки гимнастического зала.
16. Строевые приемы.
17. Построения и перестроения (виды, способы).
18. Перестроения на месте и в движении (виды, способы выполнения).
19. Повороты и передвижения (виды, способы выполнения).
20. Смыкания и размыкания. Правила произношения команд.
21. Теоретические и методологические основы обучения гимнастическим упражнениям.
22. Знания, двигательные умения, навыки в гимнастике.
23. Характеристика специальных способностей гимнаста.
24. Характеристика этапов обучения гимнастическим упражнениям.
25. Дидактические принципы и правила их практической реализации при обучении упражнениям.

26. Причина травматизма и меры предупреждения травм на занятиях гимнастикой.
27. Характеристика травм на занятиях по гимнастике и их профилактика.
28. Страховка, помощь и самостраховка. Требования, предъявляемые к страхующему.
29. Требования к местам проведения занятий гимнастикой.
30. Характеристика ОРУ (определение, особенности ОРУ, задачи, решаемые с помощью ОРУ, классификация ОРУ).
31. Правила записи ОРУ. Конструирование ОРУ.
32. Методика подбора и составления комплексов ОРУ.
33. Методика проведения ОРУ. Способы регулирования нагрузки при проведении ОРУ.
34. ОРУ на силу, на растягивание, на расслабление. ОРУ на осанку, на координацию, на дыхание.
35. Характеристика методов и методических приемов, применяемых при обучении гимнастическим упражнениям.

### Шкала оценивания

| Критерии и шкала оценок   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <p>ставится, если студент обнаруживает незнание ответа на соответствующее задание, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал</p> | <p>ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.</p> | <p>ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет.</p> | <p>ставится, если студент: полно и аргументировано отвечает по содержанию вопроса; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры; излагает материал последовательно и правильно, с соблюдением исторической и хронологической последовательности</p> |
| до 60%  | 61-75 %   | 71-85 %   | 86-100 %  |
| неуд  | удовлетворительно   | хорошо  | отлично   |

Структура оценочных материалов (оценочных средств), позволяющих оценить уровень компетенций, сформированный у обучающихся при изучении дисциплины «Гимнастика» приведена в таблице 4.

Таблица 4 - Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине  
«Гимнастика»

| Компетенция | Знать  | Оценочные средства |                        | Уметь  | Оценочные средства |                        | Владеть  | Оценочные средства |                        |
|-------------|--|--------------------|------------------------|--|--------------------|------------------------|--|--------------------|------------------------|
|             |  | текущий контроль   | промежуточный контроль |  | текущий контроль   | промежуточный контроль |  | текущий контроль   | промежуточный контроль |
| ОК-5        | <p>Основные положения руководящих документов по физической культуре и спорту.</p> <p>Технику выполнения физических упражнений, предусмотренных программой, методику их разучивания и совершенствования.</p> <p>Основные принципы и методы самостоятельной физической тренировки и особенности самоконтроля за своим физическим состоянием.</p> | Устный опрос       | Вопросы зачета         | <p>Применять в практической деятельности все формы и средства организации и проведения физкультурно-оздоровительных услуг, потребности регулярных занятиях физическими упражнениями.</p> <p>Пропагандировать здоровый образ жизни.</p> <p>Повышать свой уровень физической подготовленности.</p> | Устный опрос       | Вопросы зачета         | <p>Навыком ведения здорового образа жизни.</p> <p>Навыком ведения самостоятельной физической тренировки.</p> <p>Системой практических умений, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</p> | Устный опрос       | Вопросы зачета         |

| Компетенция | Знать   | Оценочные средства |                        | Уметь   | Оценочные средства |                        | Владеть  | Оценочные средства |                        |
|-------------|---|--------------------|------------------------|---|--------------------|------------------------|--|--------------------|------------------------|
|             |   | текущий контроль   | промежуточный контроль |   | текущий контроль   | промежуточный контроль |  | текущий контроль   | промежуточный контроль |
| УК-7        | оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. | Устный опрос       | Вопросы зачета         | определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. Отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. | Устный опрос       | Вопросы зачета         | Владеет навыками применения комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности. | Устный опрос       | Вопросы зачета         |

Примечание

\* берется из РПД

\*\* сдача лабораторных работ, защита курсового проекта, РГР и т.д.