

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»

Кафедра гимнастики и спортивных единоборств

Зав.каф. ГиСЕ, проф. _____



УТВЕРЖДАЮ

В.В. Абрамова

Протокол №2 от « 6 » сентября 2024 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине
ЕДИНОБОРСТВА И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ

Направление
49.03.01 «Физическая культура»

Профиль
Физкультурное образование

квалификация
БАКАЛАВР

Форма обучения:
очная, заочная

ГОД НАБОРА 2024

Ст. преп. _____



Разработал:

А. А. Диденко

« 5 » сентября 2024 г.

Тирасполь, 2024

1. Паспорт фонда оценочных средств по учебной дисциплине

В результате изучения дисциплины «Единоборства и методика преподавания» у обучающихся должны быть сформированы следующие компетенции:

Категория (группа) компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
Универсальные компетенции		
Командная работа и лидерство	УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	ИД-1 _{УК-3} Определяет совокупность взаимосвязанных задач и ресурсное обеспечение, условия достижения поставленной цели, исходя из действующих правовых норм. ИД-2 _{УК-3} Оценивает вероятные риски и ограничения, определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач. ИД-3 _{УК-3} Использует инструменты и техники цифрового моделирования для реализации образовательных процессов.
Общепрофессиональные компетенции		
Обучение и развитие	ОПК-3 Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ИД-1 _{ОПК-3, ОПК-4} Знает: базовые виды физкультурно-спортивной деятельности ИД-2 _{ОПК-3, ОПК-4} Умеет: проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
	ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	ИД-3 _{ОПК-3, ОПК-4} Владеет: средствами, методами и приемами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
Обеспечение безопасности	ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ИД-1 _{ОПК-7} Знает: основы техники безопасности и профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи ИД-2 _{ОПК-7} Умеет: обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь ИД-3 _{ОПК-7} Владеет: способами соблюдения техники безопасности и профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	ИД-1 _{ОПК-14} Знает: основы организационно-методического обеспечения судейства и контроля тренировочного и образовательного процесса по избранному виду спорта ИД-2 _{ОПК-14} Умеет: осуществлять организацию контроль и судейство

		соревнований по избранному виду спорта ИД-3 ОПК-14 Владеет: навыками организационно методического обеспечения судейства и контроля тренировочного и образовательного процесса по избранному виду спорта
Профессиональные компетенции		
	ПК-2 – способен совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности	ИД-1 _{ПК-2} Знает: теоретические основы формирования спортивного мастерства ИД-2 _{ПК-2} Умеет: оценивать в соответствии с особенностями избранного вида спорта и техникой движений, технико-тактическими действиями. ИД-3 _{ПК-2} Владеет: особенностями избранного вида спорта, техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

2. Программа оценивания контролируемой компетенции:

Текущая аттестация	Контролируемые модули, разделы (темы) дисциплины и их наименование	Код компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
	Характеристика единоборств как средства физического воспитания	ОПК-4 ОПК-3 ОПК-7	Контрольная работа
1	Тестирование уровня общей и специальной физической подготовленности	ОПК-3	Контрольное тестирование №1
	Техника выполнения специальных упражнений (стойка, захваты, броски)	ОПК-4	Контрольное тестирование №2
2	Планирование учебных занятий	УК-3 ОПК-4 ОПК-3 ОПК-7	План-конспект и проведение занятия по единоборствам (бокс, борьба), обсуждение мероприятий по оказанию первой помощи при различных травмах
3	Принципы подбора общеподготовительных и специальных упражнений по физической подготовке	ОПК-7 ПК-2	Учебная практика – демонстрация приемов и упражнений;
4	Методические приемы обучения техники выполнения изучаемых упражнений.	ОПК-14	Проведение фрагмента занятия по изучению отдельного технического приема
5	Методы и средства развития физических качеств	ОПК-7 ПК-2	Конспект, демонстрация упражнений
Промежуточная аттестация: экзамен			Экзамен, вопросы к экзамену

№2 «Техническая подготовка»

Применяются контрольные упражнения, рекомендованные для изучения уровня сформированности основных технических действий в борьбе (боксе). Результаты оформляются в протокол тестирования (табл. 2) и оцениваются согласно принятым критериям.

Таблица 2

Результаты тестирования уровня технической подготовленности студентов

ФИО занимаю щегося	Контрольные упражнения							
	результат	оценка (уровень)	результат	оценка (уровень)	результат	оценка (уровень)	результат	оценка (уровень)

ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ЕДИНОБОРСТВА И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ»

Требования к составлению конспекта занятия

Конспект является учебным документом, в котором записана программа проведения предстоящего занятия. Он должен быть написан разборчиво и аккуратно. Все записи в конспекте нужно делать подробно, соблюдая существующие терминологические требования, дополняя словесное изложение рисунками или схемами. Особенно тщательно должны быть сформулированы задачи работы, указываемые перед раскрытием содержания занятия. При этом необходимо предусмотреть не только образовательные, но и оздоровительные и воспитательные задачи. Все задачи должны быть конкретными и реальными – точно определяющими все, что намечается достигнуть и может быть достигнуто именно на данном занятии. Учебный материал должен быть изложен строго последовательно в том порядке, в каком будет даваться на занятии. Необходимо отчетливо выделять составные части занятия и избегать формального распределения упражнений по этим частям.

Содержание подготовительной части должно быть подчинено содержанию основной части. Поэтому правильное определение конкретных задач и средств подготовительной части может быть обеспечено лишь после того, как установлено содержание основной части.

Содержание основной части должно обеспечивать достаточное разнообразие влияний применяемых упражнений на занимающихся.

Образовательные задачи должны быть намечены и распределены в занятии так, чтобы имелось достаточно времени для полноценного выполнения обучающимися всех намеченных заданий.

Воспитательные задачи большей частью необходимо связывать с решением оздоровительных и образовательных задач, а, следовательно, и с использованием соответствующих упражнений.

Полное изложение заключительной части обязательно. Особенно важно предусмотреть в ней формы подведения итогов учебной деятельности (краткие указания, замечания и выводы, задания) и поведения учащихся.

Все упражнения, как основные, так и их варианты, должны подробно описываться, с указанием исходных и конечных положений.

Дозировка упражнений должна быть указана с учетом обеспечения надлежащей интенсивности и объема нагрузки (количество повторений, темп, общую продолжительность интервалов отдыха и др.).

Обязательно должны быть изложены организационно-методические указания (ОМУ) – уточнены отдельные компоненты техники, возможные ошибки, определена форма организации занимающихся (фронтально, в группах, поточно или небольшими звеньями, индивидуально, одновременно, поочередно, попеременно; по сигналу или самостоятельно, раздельно или поточно и т. п.); указаны способы подготовки мест для занятий, приемы раздачи и сбора инвентаря; названы намечаемые методы и методические приемы обучения и воспитания; определены конкретные их сочетания; приемы текущей проверки и оценки учебной работы и успеваемости занимающихся.

Примерные указания к содержанию конспекта

Необходимо поставить конкретные задачи, раскрыть их содержание с дозировкой и методическими указаниями.

Задачи занятия:

1. Обучать или совершенствовать
2. Развивать и содействовать развитию физических качеств.
3. Воспитывать

Инвентарь:

Место проведения:

Время проведения:

Содержание	Дозировка	ОМУ
1. Подготовительная часть <i>Записываются:</i> построение, сообщение задач занятия, описание ОРУ и т.д.	Время, количество раз, круги, расстояние	<i>Записывается:</i> на что обратить внимание, методы и приемы используемые на занятии.
2. Основная часть <i>Записываются:</i> ОФП, СФП, технико-тактические действия и др.	Время, количество раз, круги, расстояние	<i>Записываются:</i> типичные ошибки, способы их исправления, используемые методы и приемы
3. Заключительная часть <i>Записывается:</i> построение, подведение итогов занятий.	Время, количество раз, круги, расстояние	<i>Записывается:</i> используемые методы и приемы

Критерии оценивания составление плана-конспекта:

Оценка «**отлично**» выставляется, если обучающийся выполнил работу без ошибок и недочетов. Задачи, поставленные к занятию, правильно сформулированы. Средства и методы подобраны в соответствии с задачами и возрастом учащихся, наиболее оптимально позволяют достичь цели занятия. Организационно-методические указания приведены в полном объеме и позволяют наиболее эффективно решать задачи. Дозировка рассчитана верно.

Оценка «**хорошо**» выставляется, если обучающийся выполнил работу полностью, но допустил в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух недочетов. Недочетами считаются незначительные ошибки в выборе средств и методов решения задач занятия, не полное приведение ОМУ.

Оценка «**удовлетворительно**» выставляется, если обучающийся правильно выполнил не менее половины работы или допустил не более двух грубых ошибок (или четырех-пяти недочетов); имеется ошибка в постановке задач к занятию, средства и методы не соответствуют одной из задач, при этом остальные подобраны правильно. Методические указания приведены не верно, есть ошибки в дозировке.

Оценка «**неудовлетворительно**» выставляется, если обучающийся допустил число ошибок и недочетов превосходящее норму, при которой может быть выставлена оценка «3», или если правильно выполнил менее половины работы. Задачи занятия сформулированы неправильно. Средства, методы и ОМУ не соответствуют как минимум 2 задачам урока.

КОМПЛЕКТ ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ЕДИНОБОРСТВА И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ»

№1 «Принципы подбора и проведения общеподготовительных и специальных упражнений по физической подготовке»

Задание: При выполнении самостоятельной работы по теме, изучив литературные источники, необходимо письменно:

- раскрыть понятия: принцип подбора упражнений, общеподготовительные упражнения по физической подготовке, специальные упражнения по физической подготовке;
- перечислить и раскрыть принципы подбора общеподготовительных и специальных упражнений по физической подготовке;
- перечислить и раскрыть принципы проведения общеподготовительных и специальных упражнений по физической подготовке.

№2 «Методические приемы обучения и совершенствования техники выполнения изучаемых упражнений. Демонстрация приемов и упражнений»

Задание: При выполнении самостоятельной работы по теме, изучив литературные источники, необходимо письменно:

- раскрыть понятия: техника упражнения, техника выполнения упражнений, методический прием, обучение, совершенствование, технический прием;
- перечислить и раскрыть методические приемы обучения технике выполнения упражнения (техническим приемам);
- перечислить и раскрыть методические приемы совершенствования техники выполнения упражнения (технических приемов);
- перечислить и раскрыть способы демонстрации приемов и упражнений.

№3 «Методы и средства развития физических качеств»

Задание: При выполнении самостоятельной работы по теме, изучив литературные источники, необходимо письменно:

- раскрыть понятия: метод, средство, развитие физических качеств;
- перечислить и раскрыть методы развития физических качеств;
- перечислить и раскрыть средства развития физических качеств в борьбе, боксе.

Критерии оценивания выполнения заданий для самостоятельной работы:

Оценка «**отлично**» выставляется, если обучающийся выполнил работу без ошибок и недочетов, или допустил незначительные недочеты. Работа сдана в соответствии с графиком.

Оценка «**хорошо**» выставляется, если обучающийся выполнил работу полностью, но допустил в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух недочетов. Работа сдана в соответствии с графиком.

Оценка «**удовлетворительно**» выставляется, если обучающийся правильно выполнил не менее половины работы или допустил не более двух грубых ошибок, или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух-трех негрубых ошибок, или одной негрубой ошибки и трех недочетов, или при отсутствии ошибок, но при наличии четырех-пяти недочетов, плохо знает текст произведения, допускает искажение фактов. Работа сдана вне графика.

Оценка «**неудовлетворительно**» выставляется, если обучающийся допустил число ошибок и недочетов превосходящее норму, при которой может быть выставлена оценка «3», или если правильно выполнил менее половины работы.

**ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ЕДИНОБОРСТВА И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ»
для студентов очной и заочной формы обучения**

1. История развития спортивной борьбы и истоки ее международной популярности (дзюдо, вольная борьба, греко-римская).
2. Правила соревнований по борьбе (дзюдо, вольная борьба, греко-римская):
 - права и обязанности судьи на ковре;
 - права и обязанности главного судьи;
 - права и обязанности судьи на взвешивание;
 - запрещенные действия и наказания.
3. Цели, задачи и требования к проведению занятий по борьбе.
4. Основные технические действия борца
5. Особенности тактической подготовки в единоборствах.
6. Упражнения общей и специальной физической подготовки борцов.
7. Причины и профилактика травматизма на занятиях по спортивным видам борьбы.
8. Средства и методы развития физических качеств борцов.
9. Значение и виды соревнований в спортивных единоборствах.
10. Организация и проведение соревнований по спортивным видам борьбы.
11. История развития бокса и других ударных единоборств.
12. Правила соревнований по боксу.
13. Запрещенные действия в соревнованиях боксеров и наказания за них.
14. Терминология бокса.
15. Цели, задачи и требования к проведению занятий по боксу.
16. Основные технические действия в боксе
17. Упражнения общей и специальной физической подготовки боксера.
18. Причины и профилактика травматизма на занятиях по боксу.
19. Средства и методы развития физических качеств в боксе.
20. Организация и проведение соревнований по боксу.
21. Какие основные стойки используются в боксе.
22. Что такое «джеб» и как его правильно выполнять.
23. Чем отличается хук от апперкота.
24. Какие виды защиты существуют в боксе.
25. Как правильно передвигаться на ринге.
26. Что такое «контратака» и в чем ее особенности.
27. В чем разница между «прямым ударом» и «боковым».
28. Какие защитные движения помогают избежать удара в боксе.
29. Какие части тела разрешено использовать для ударов в боксе.
30. Что такое «клинч» и когда его используют в бою.
31. История развития рукопашного боя.
32. Краткая характеристика рукопашного боя как вида единоборств.

Критерии оценки знаний студентов на зачете с оценкой

Основой для определения оценки служит объём и уровень усвоения обучающимися материала, предусмотренного рабочей программой дисциплины «Единоборства и методика преподавания».

Оценки «отлично» заслуживает обучающийся, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание программного материала, регулярно выполняющий задания к разделам программы и умеющий свободно выполнять задания, предусмотренные программой.

Оценки «хорошо» заслуживает обучающийся, обнаруживший полное знание программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе задания, показавшим систематический характер знаний по дисциплине, при ответе раскрывший все вопросы с незначительными ошибками.

Оценки «удовлетворительно» заслуживает обучающийся, обнаруживший знание основного программного материала в объёме, необходимом для дальнейшей учёбы и предстоящей работы по профессии, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, допустившим погрешности не принципиального характера в ответе на зачете;

оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, обнаружившему пробелы в знаниях основного программного материала, допустившему принципиальные ошибки в ответах на вопросы зачета.