

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Абдулкеримов Исмаил Завирович  
Должность: Директор филиала ДГУ в г.Дербент  
Дата подписания: 10.09.2023 22:54:30  
Уникальный программный ключ:  
03f389fd2faa017f6b44e3301b0faa11e3124

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**

**ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
В г. ДЕРБЕНТЕ**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ**

**по дисциплине**

**«Физическая культура и спорт»**

**Кафедра «Юридических и гуманитарных дисциплин»**

**Юридическое отделение**

**Образовательная программа бакалавриата**

**40.03.01 Юриспруденция**

**Профиль подготовки**

**«Уголовно-правовой»**

**Уровень высшего образования**

**«Бакалавриат»**

**Форма обучения**

**очная, заочная**

**Статус дисциплины: входит в обязательную часть ОПОП**

Дербент 2019 год.

Фонд оценочных средств дисциплины составлен в 2019 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 40.03.01. – Юриспруденция (уровень бакалавриата) от «1» декабря 2016 г. № 1511.

Разработчик: старший преподаватель кафедры «Юридических и гуманитарных дисциплин» Абдулов Маис Рамисович

Фонд оценочных средств дисциплины одобрен:

на заседании кафедры «Юридических и гуманитарных дисциплин» филиала ДГУ в г. Дербенте от 23.04. 2019г., протокол № 8

И.о. зав. кафедрой

 / Р.Р. Гашимов /

На заседании Учебно-методической комиссии филиала ДГУ в г. Дербенте от 24.04. 2019г., протокол № 4

Председатель

 / Р.Р. Гашимов /

Рецензент:

Заместитель начальника полиции  
по охране общественного порядка  
ОМВД России по г. Дербент



Джафаров Ф.Д.

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

**1.1. Основные сведения о дисциплине**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц (72 академических часов).

Очная форма:

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

Заочная форма:

Вид работы	Трудоемкость, академических часов		
	1 семестр	2 семестр	всего
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>72</b>
<b>Контактная работа:</b>			
Лекции (Л)			
Практические занятия (ПЗ)	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
Консультации			
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		зачет	
<b>Самостоятельная работа:</b>			
- подготовка к практическим занятиям;	20	18	38
- подготовка к рубежному контролю и т.п.)	12	14	26

## 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 ее части)	Оценочные средства		Способ контроля
			наименование	№№ заданий	
1	Легкая атлетика. Гимнастика.	УК-7	Модульно-рейтинговые нормативы	2.1	<i>Прием нормативов</i>
2	Волейбол. Баскетбол. Легкая атлетика.	УК-7	Модульно-рейтинговые нормативы	2.2	<i>Прием нормативов</i>

## 1.3. Показатели и критерии определения уровня сформированности компетенций

№ п/п	Код компетенции	Уровни сформированности компетенции			
		Недостаточный	Удовлетворительный (достаточный)	Базовый	Повышенный
1	УК-7	Отсутствуют признаки удовлетворительного уровня	Знает некоторые характеристики процессов роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни, но не раскрывает механизмы их реализации в заданной ситуации	Демонстрирует знание содержания роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни, но не может обосновать адекватность их использования в конкретных ситуациях.	Владеет полной системой знаний роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа 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**

<b>МУЖСКИЕ ГРУППЫ</b>				
<b>№, название нормативов</b>				
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	
<b>ЖЕНСКИЕ ГРУППЫ</b>				
<b>№, название нормативов</b>				
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.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.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 (кол.раз) по выбору	13р – 206; 12р – 156; 10р – 106	13р – 206; 12р – 156; 10р – 106	14р – 206; 12р – 156; 10р – 106	14р – 206; 12р – 156; 10р – 106

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

<b>МУЖСКИЕ ГРУППЫ</b>				
<b>№, название нормативов</b>				
<b>Волейбол</b>				
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
<b>Баскетбол</b>				
	1.Передача мяча в парах - От груди двумя руками (в беге) - С отскоком от пола (в беге) (оценивается техника)	1.Встречная передача мяча - От груди двумя руками (в беге) - С отскоком от пола (в беге)	1.Передача мяча в тройках - От груди двумя руками (в беге) - С отскоком от пола (в беге)	1.Передача мяча в тройках - От груди двумя руками (в беге) - С отскоком от пола (в беге)

	выполнения)	(оценивается техника выполнения)	беге) (оценивается техника выполнения)	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
<b>ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА</b>				
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**

<b>ЖЕНСКИЕ ГРУППЫ</b>				
<b>№, название нормативов</b>				
<b>Волейбол</b>				
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
<b>Баскетбол</b>				
	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
<b>ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА</b>				
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**