**Автономная некоммерческая организация высшего образования «Северо-Западный университет»**[1]

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Борзов Александр Александрович
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.08.2026 17:16:29
Уникальный программный ключ:
455c1bb9c883bfa2e44bcad3e1ef4a33800

# ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

## Б1.О.05 Физическая культура и спорт

Специальность 55.05.01 Режиссура кино и телевидения

Форма обучения

**Очная**

Санкт-Петербург, 2026

[1]Приказом ректора Автономной некоммерческой организации высшего образования «Северо-Западный университет» от 07.08.2026 № 21/1/26-О внесены изменения в обязательные компоненты основной образовательной программы высшего образования в части уточнения дат, устанавливающих периоды ее реализации для обучающихся 2026 года набора. Изначально компоненты основной образовательной программы высшего образования для обучающихся 2026 года набора были утверждены приказом ректора Автономной некоммерческой организации высшего образования «Северо-Западный университет» от 13.04.2026 № 14/1/26-О.

## 1. Таблица компетенций и индикаторов их достижения

| № п п. | Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по учебной дисциплине | Код(ы) формируемых компетенций |
|---|---|---|
| **1** | **Перечень компетенций, формируемых дисциплиной** | УК-7 |
| **2.** | | **Этапы формирования компетенций** |
| | *Этап 1. Формирование базы знаний:*<br>- практические знания<br>- изучение учебно-методического обеспечения<br>- самостоятельная работа обучающихся по вопросам методического характера | УК-7 |
| | *Этап 2. Формирование навыков практического использования знаний:*<br>- подготовка к практическим занятиям<br>- подготовка к сдаче контрольных нормативов<br>- участие в соревновательной деятельности | УК-7 |
| | *Этап 3. Проверка усвоения материала:*<br>- проверка качества общей физической подготовки<br>- оценка активности и эффективности участия в практических занятиях<br>- выполнение контрольных нормативов<br>- проверка навыков работы по сбору, обработке и анализу информации по теме реферата | УК-7 |
| **3.** | **Показатели оценивания компетенций** | |
| | *Этап 1. Формирование базы знаний* | - посещение практических занятий<br>- наличие выполненных контрольных нормативов,<br>- сбор и анализ материалов для написания реферата |
| | *Этап 2. Формирование навыков практического использова-ния знаний* | - правильное и своевременное выполнение практических заданий и контрольных нормативов<br>- участие в соревновательной деятельности<br>- теоретическое обоснование позиции по теме реферата<br>- способность аргументировать свою точку зрения |
| | *Этап 3. Проверка усвоения материала* | - степень готовности к участию в практическом занятии<br>- степень правильности выполненных практических заданий<br>- степень активности и эффективности участия по выполне-нию практических заданий и контрольных нормативов |

| | | |
|---|---|---|
| | | - успешность выполнения контрольных нормативов<br>- успешность написания реферата |
| **4** | **Критерии оценки текущего контроля и промежуточной аттестации** | |
| | *Этап 1. Формирование базы знаний* | - посещаемость практических занятий<br>- наличие выполненных контрольных нормативов<br>- участие в обсуждении теоретических вопросов реферата<br>- реферат выполнен своевременно |
| | *Этап 2. Формирование навыков практического использования знаний* | - правильное и своевременное выполнение практических заданий и контрольных нормативов<br>- участие в соревновательной деятельности<br>- самостоятельная теоретическая разработка темы реферата<br>- самостоятельная работа по сбору, анализу и интерпретации информации по теме реферата<br>- способность обосновать свою точку зрения, опираясь на результаты сбора, обработки и анализа информации по теме реферата |
| | *Этап 3. Проверка усвоения материала* | - контрольные нормативы<br>- защита реферата<br>- Зачет |

## 2. Оценивание уровня усвоения учебной дисциплины

Оценивание знаний, умений и навыков по учебной дисциплине осуществляется посредством использования следующих видов оценочных средств:

- контрольные нормативы
- реферат
- зачет

***Контрольные нормативы***

| **Вид контрольного норматива** | **Показатели для:** | |
|---|---|---|
| | **юношей** | **девушек** |
| Челночный бег 8-9 *м* | 20 сек. | 23 сек. |
| Прыжок в длину с места | 230 см | 170 см |
| Сгибание/разгибание рук, в упоре лежа | 36 раз | 18 раз |
| Приседания за минуту | 46 раз | 25 раз |
| Поднимание туловища за минуту, лежа на спине, руки за головой, ноги зафиксированы | 46 раз | 36 раз |

***Реферат.*** Выполняют обучающиеся, освобожденные от практических занятий по дисциплине по состоянию здоровья, под руководством преподавателя, ведущего с ними занятия по дисциплине. Тема реферата выбирается на основе углубленного изучения одного из разделов дисциплины или может быть предложена обучающимся в соответствии с его интересами.

*Примерная тематика рефератов*

1. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом строе.
2. Физическая культура в Средние века.
3. Физическая культура в период Нового времени.
4. Физическая культура в капиталистических странах в период до Второй мировой войны (и после).
5. Физическая культура в капиталистических странах в период после Второй мировой войны.
6. Физическая культура в России.
7. История международного спортивного движения (2-я половина XIX в.).
8. История развития легкой атлетики.
9. Обзор Олимпийских игр.
10. Понятия физической культуры, физического воспитания, физического развития, спорта.
11. Физиологические и биомеханические аспекты физического обучения студентов.
12. Оценка физического развития, функционального и психического состояния.
13. Физическая культура и спорт в условиях рыночных отношений.
14. Спонсорство и спорт.
15. Физические качества спортсменов
16. Роль физкультуры и спорта в формировании здорового образа жизни.
17. Аутогенная тренировка.
18. Раздумья о здоровье Н.М.Амосова
19. Биоритмология.
20. Физическая культура – условие повышения устойчивости к воздействию негативных факторов окружающей среды.
21. Взаимосвязь физической, умственной и творческой деятельности.

***Зачет.*** Выставляется по совокупности выполненных контрольных нормативов, защиты реферата обучающимися, освобожденными от практических занятий по дисциплине по состоянию здоровья

**3. Шкалы оценивания результатов обучения Оценивание результатов зачета**

Уровень знаний определяется оценками «зачтено», «не зачтено».

Оценка «зачтено» – обучающийся показывает полные и глубокие знания программного материала дисциплины в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, выполнил контрольные нормативы. Тема реферата разработана на высоком теоретическом уровне, обучающийся логично и аргументировано отвечает на поставленный и дополнительные вопросы, умело формулирует выводы, показывает высокий уровень теоретических знаний.

Оценка «не зачтено» – обучающийся не справился с контрольными нормативами, допустил принципиальные ошибки при их выполнении. Тема реферата разработана на достаточно низком теоретическом уровне, обучающийся показывает недостаточные знания программного материала, не способен аргументированно и последовательно его излагать, неправильно отвечает на поставленный вопрос или затрудняется с ответом.