

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Сухолет Ирина Владимировна Автономная некоммерческая организация высшего образования

Должность: ректор «ИНСТИТУТ СОВРЕМЕННОГО ИСКУССТВА»

Дата подписания: 31.05.2026 16:26:09

Уникальный программный ключ:

90b04a8fc24f39034a47d003e725667d57043e870b41a3cee22df0848bbe2c



ПРИЛОЖЕНИЕ 5 К ООП

УТВЕРЖДЕНО УЧЕНЫМ СОВЕТОМ ИСИ В СОСТАВЕ ООП

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО  
КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ (ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА)**

Образовательная программа

**Эстрадно-джазовое пение**

**Инструменты эстрадного оркестра**

Направление подготовки

**53.03.01 МУЗЫКАЛЬНОЕ ИСКУССТВО ЭСТРАДЫ**

Уровень высшего образования

**Бакалавриат**



**Разработчик оценочных средств:**

**Зибарова Е.Е.** – заведующая кафедрой физической культуры

© АНО ВО «Институт современного искусства»



Фонд оценочных средств (ФОС) для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся базируется на перечне компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. ФОС обеспечивает объективный контроль достижения всех результатов обучения, запланированных для модуля.

ФОС включает в себя:

- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций;
- типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и уровня овладения формирующимися компетенциями в процессе освоения дисциплины.

## **1. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ, ОПИСАНИЕ ШКАЛ ОЦЕНИВАНИЯ**

<b>Код и содержание компетенции</b>	
<b>УК-7</b>	<b>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>
<b>Индикаторы и результаты обучения. Deskрипторы - основные признаки освоения компетенций (показатели достижений результатов обучения). Критерии оценивания</b>	
<b>Знать</b>	
— методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности;	
— социально-гуманитарную роль физической культуры и спорта в развитии личности;	
— роль физической культуры и принципы здорового образа жизни;	
— влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;	
— способы контроля и оценки физического развития и физической	



**подготовленности;**

— **правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;**

**Знать на высоком уровне**

— методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности;  
— социально-гуманитарную роль физической культуры и спорта в развитии личности;  
— роль физической культуры и принципы здорового образа жизни;  
— влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;  
— способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;  
— правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;

**Знать на среднем уровне**

Неполные представления о

— методах сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности;  
— социально-гуманитарных роль физической культуры и роли спорта в развитии личности;  
— роли физической культуры и всех принципах здорового образа жизни;  
— влиянии оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;  
— способах контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;  
— правилах и способах планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;

**Знать на низком уровне**

– некоторые методы сохранения и укрепления физического здоровья и уметь использовать их для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;  
– некоторые способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности со значительными ошибками;

**Уметь**

— **организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни;**  
— **использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа;**  
— **выполнять индивидуально подобранные комплексы**



**оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики;**

— **выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;**

— **выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки**

**Уметь на высоком уровне**

— организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни;

— использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа;

— выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики;

— выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;

— выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;

**Уметь на среднем уровне**

— организовывать не полностью режим времени, приводящий к здоровому образу жизни с незначительными ошибками;

— использовать не все средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа;

— выполнять не все индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики;

— выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации с незначительными ошибками;

— выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки с незначительными ошибками;

**Уметь на низком уровне**

— уметь выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации со значительными ошибками;

— выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки со значительными ошибками;

**Владеть**

— **опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания;**



— способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;  
— методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма;  
— методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

**Владеть на высоком уровне**

— опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания;  
— способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;  
— методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма;  
— методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

**Владеть на среднем уровне**

— опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания не в полном объеме;  
— способностью к организации своей жизни в соответствии с частью социально-значимых представлений о здоровом образе жизни;  
— неполноценно методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма;  
— методикой организации, но не владеть методикой проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

**Владеть на низком уровне**

— владеть минимальным опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания;  
— низкие способности к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;  
— владеть неполной методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма;



## **2. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ И ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ИЛИ ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И УРОВНЯ ОВЛАДЕНИЯ ФОРМИРУЮЩИМИСЯ КОМПЕТЕНЦИЯМИ**

### **2.1. Методические материалы по проведению текущего контроля**

#### **2.1.1. Формы текущего контроля**

Текущий контроль – систематическая проверка компетенций, знаний, умений, навыков обучающихся, проводимая преподавателем на аудиторных занятиях в соответствии с учебной программой. Текущий контроль включает в себя тематический контроль – контроль знаний по темам и разделам дисциплины с целью оценивания этапов формирования компетенций, знаний, умений, навыков обучающихся, усвоенных ими после изучения логически завершенной части учебного материала.

К текущему контролю относятся проверка знаний, умений и навыков обучающихся:

- на занятиях;
- по результатам выполнения упражнений.

Формами текущего контроля по дисциплине являются: проверка самостоятельной работы, контроль выполнения упражнений.

### **2.2. Методические материалы по проведению промежуточной аттестации**

Промежуточная аттестация – процедура, проводимая в период **зачетно-экзаменационной сессии** с целью оценки качества освоения обучающимися дисциплины на определенном этапе.

Промежуточная аттестация обучающихся предусматривает проверку компетенций, а также уровня усвоения пройденного материала.

#### **2.2.1. Процедура ЗАЧЕТА (7 семестр)**

Промежуточный контроль знаний проводится в форме практического занятия и собеседования по билетам. Устный ответ и выполнение упражнений на зачете позволяет оценить степень наличия знаний по различным компетенциям. Ответ оценивается по 2 балльной системе – «зачтено» / «не зачтено».



### **2.2.1.1. Критерии и шкала оценивания**

«Зачтено» ставится, если: комплекс упражнений выполнен без ошибок, в соответствии с требованиями данными на практических занятиях.

«Зачтено» ставится при условии посещения большей части практических занятий по дисциплине.

«Не зачтено» ставится при условии отсутствия обучающегося на занятиях и невыполнения им необходимых нормативов.

В случае получения оценки «не зачтено» студент имеет право пересдать зачет в установленном порядке.

### **2.2.1.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и уровня овладения формирующимися компетенциями в процессе освоения дисциплины**

#### **Перечень вопросов для проверки компетенции УК-7 по дескриптору «знать»**

1. Какие существуют средства и методы физической культуры и спорта для повышения физической подготовленности обучающихся?
2. Что включает в себя понятие о физической культуре и спорте?
3. Какова структура физической культуры?
4. Что представляет из себя физическая культура как социальная система?
5. Понятие о средствах физической культуры.
6. Что означают понятия «нормативы» и «показатели» по физической культуре?
7. Расскажите о методах формирования физической культуры личности.
8. Каковы методы диагностики и самодиагностики?

#### **Перечень заданий для проверки компетенции УК-7 по дескриптору «уметь»**

##### *Раздел легкая атлетика:*

1. Бег на короткие дистанции.
2. Бег на средние дистанции.
3. Бег на длинные дистанции.
4. Метание гранаты.

##### *Раздел гимнастика:*



1. Выполнять строевые упражнения.
2. Выполнять висы и упоры.
3. Выполнять элементы акробатики.
4. Выполнять общеразвивающие упражнения на ловкость, гибкость, координацию движения.

**Перечень заданий для проверки компетенции УК-7 по дескриптору «владеть»**

1. Составление методики самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма;
2. Общая физическая подготовка: развитие силы, выносливости, быстроты, ловкости, гибкости.