

**Компонент ОПОП 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки),
направленность (профили) Физическая культура. Дополнительное образование
(физкультурно-оздоровительная, спортивная и туристско-рекреационная деятельность)**

Б1.В.06

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

**Дисциплины
(модуля)**

Психология физического воспитания и спорта

Разработчик (и):
Барышева Т.Д, старший
преподаватель КПиКП

Утверждено на заседании кафедры
психологии и коррекционной
педагогики
протокол № 7 от 05 февраля 2026 г.

Заведующий кафедрой ПиКП



подпись

Афонькина Ю.А.
ФИО

1. Критерии и средства оценивания компетенций и индикаторов их достижения, формируемых дисциплиной (модулем)

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора(ов) достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)			Оценочные средства текущего контроля	Оценочные средства промежуточной аттестации
		<i>Знать</i>	<i>Уметь</i>	<i>Владеть</i>		
УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1. Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения. УК-3.2. Демонстрирует способность эффективного речевого и социального взаимодействия, в том числе с различными организациями.	способы осуществления поиска, критического анализа и синтеза информации, применения системного подхода для решения поставленных задач	осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	способами осуществления поиска, критического анализа и синтеза информации, применения системного подхода для решения поставленных задач	- реферат - работа на практических занятиях - подготовка доклада - подготовка презентации - кейс-задания	Экзамен

ПК-2. Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	ПК-2.1. Демонстрирует умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета. ПК-2. Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность ПК-2.3. Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.	способы осуществления поиска, критического анализа и синтеза информации, применения системного подхода для решения поставленных задач	осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	способами осуществления поиска, критического анализа и синтеза информации, применения системного подхода для решения поставленных задач		
---	---	--	--	--	--	--

ПК-5. Способен использовать современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья	ПК-5.1. Знает специальные методики и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.	способы осуществления поиска, критического анализа и синтеза информации, применения системного подхода для решения поставленных задач	осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	способами осуществления поиска, критического анализа и синтеза информации, применения системного подхода для решения поставленных задач	- реферат - работа на практических занятиях - подготовка доклада - подготовка презентации - кейс-задания	
---	---	---	---	---	--	--

2. Оценка уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)

Показатели оценивания компетенций (индикаторов их достижения)	Шкала и критерии оценки уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)			
	Ниже порогового («неудовлетворительно»)	Пороговый («удовлетворительно»)	Продвинутый («хорошо»)	Высокий («отлично»)
Полнота знаний	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущены не грубые ошибки.	Уровень знаний в объёме, соответствующем программе подготовки. Допущены некоторые погрешности.	Уровень знаний в объёме, соответствующем программе подготовки.
Наличие умений	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продemonстрированы основные умения. Выполнены типовые задания с не грубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объёме (отсутствуют пояснения, неполные выводы)	Продemonстрированы все основные умения. Выполнены все основные задания с некоторыми погрешностями. Выполнены все задания в полном объёме, но некоторые с недочётами.	Продemonстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Задания выполнены в полном объёме без недочётов.
Наличие навыков (владение опытом)	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальный набор навыков для выполнения стандартных заданий с некоторыми недочётами.	Продemonстрированы базовые навыки при выполнении стандартных заданий с некоторыми недочётами.	Продemonстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Продemonстрирован творческий подход к решению нестандартных задач.
Характеристика сформированности компетенции	Компетенции фактически не сформированы. Имеющихся знаний, умений, навыков недостаточно для решения практических (профессиональных) задач. ИЛИ Зачетное количество баллов не набрано согласно установленному диапазону	Сформированность компетенций соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач. ИЛИ Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону	Сформированность компетенций в целом соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков достаточно для решения стандартных профессиональных задач. ИЛИ Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону	Сформированность компетенций полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков в полной мере достаточно для решения сложных, в том числе нестандартных, профессиональных задач. ИЛИ Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону

3. Критерии и шкала оценивания заданий текущего контроля

3.1 Критерии и шкала оценивания практических работ

Перечень практических работ, описание порядка выполнения и защиты работы, требования к результатам работы, структуре и содержанию отчета и т.п. представлены в методических материалах по освоению дисциплины (модуля) и в электронном курсе в ЭИОС МАУ.

Оценка/баллы	Критерии оценивания
Отлично	Задание выполнено полностью и правильно. Отчет по практической работе подготовлен качественно в соответствии с требованиями. Полнота ответов на вопросы преподавателя при защите работы.
Хорошо	Задание выполнено полностью, но нет достаточного обоснования или при верном решении допущена незначительная ошибка, не влияющая на правильную последовательность рассуждений. Все требования, предъявляемые к работе, выполнены.
Удовлетворительно	Задания выполнены частично с ошибками. Демонстрирует средний уровень выполнения задания на лабораторную/практическую работу. Большинство требований, предъявляемых к заданию, выполнены.
Неудовлетворительно	Задание выполнено со значительным количеством ошибок на низком уровне. Многие требования, предъявляемые к заданию, не выполнены. ИЛИ Задание не выполнено.

Критерии оценки работы на практическом занятии

Баллы	Характеристики ответа студента
2	- студент глубоко и всесторонне усвоил проблему; - уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает; - опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической деятельностью; - умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи; - делает выводы и обобщения; - свободно владеет понятиями
1	- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы; - не допускает существенных неточностей; - увязывает усвоенные знания с практической деятельностью; - аргументирует научные положения; - делает выводы и обобщения; - владеет системой основных понятий
0,5	- тема раскрыта недостаточно четко и полно, то есть студент усвоил проблему, по существу излагает ее, опираясь на знания только основной литературы; - допускает несущественные ошибки и неточности; - испытывает затруднения в практическом применении знаний; - слабо аргументирует научные положения; - затрудняется в формулировании выводов и обобщений; - частично владеет системой понятий
0	- студент не усвоил значительной части проблемы; - допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее; - испытывает трудности в практическом применении знаний; - не может аргументировать научные положения; - не формулирует выводов и обобщений; - не владеет понятийным аппаратом

3.2 Критерии и шкала оценивания тестирования

Перечень тестовых вопросов и заданий, описание процедуры тестирования представлены в методических материалах по освоению дисциплины (модуля) и в электронном курсе в ЭИОС МАУ.

В ФОС включен типовой вариант тестового задания:

4.1. Критерии оценки выполнения практической работы (каждая практическая работа может иметь от 2 до 11 заданий в зависимости от объема изучаемой темы). Каждое выполненное задание – 1 балл.

Наименование критерия	Баллы
Выполнение задания полностью без существенных ошибок	1
Задание выполнено с ошибками или не полностью	0

4.2. Критерии оценки выступления студентов на семинарах

Баллы	Характеристики ответа студента
2	- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы; - не допускает существенных неточностей; - увязывает усвоенные знания с практической деятельностью; - аргументирует научные положения; - делает выводы и обобщения; - владеет системой основных понятий
1	- студент не усвоил значительной части проблемы; - допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее; - испытывает трудности в практическом применении знаний; - не может аргументировать научные положения; - не формулирует выводов и обобщений; - частично владеет системой понятий
0	- студент не усвоил проблему; - представил лишь отдельные факты, не связанные между собой; - испытывает трудности в практическом применении знаний; - затрудняется представить научные положения; - не формулирует выводов и обобщений; - не владеет понятийным аппаратом.

4.3. Критерии оценки рубежного контроля (теста): каждый правильный ответ оценивается в 1 балл

4.4. Критерии оценки презентации

Структура презентации	Максимальное количество баллов
Содержание	
Информация изложена полно и четко	2
Иллюстрации усиливают эффект восприятия текстовой части информации	2
Оформление презентации	
Единый стиль оформления	1

Максимальное количество баллов	5
---------------------------------------	----------

4.5. Критерии оценки кроссворда (кроссворд должен состоять не менее, чем из 20 вопросов). Каждый вопрос – 0,5 балла.

4.6. Критерии оценки на зачете (в билете 2 вопроса). Каждый вопрос – 20 баллов.

Баллы	Характеристики ответа студента
20	- студент глубоко и всесторонне усвоил проблему; - уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает; - опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической деятельностью; - умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи; - делает выводы и обобщения; - свободно владеет понятиями
15	- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы; - не допускает существенных неточностей; - увязывает усвоенные знания с практической деятельностью; - аргументирует научные положения; - делает выводы и обобщения; - владеет системой основных понятий
10	- тема раскрыта недостаточно четко и полно, то есть студент освоил проблему, по существу излагает ее, опираясь на знания только основной литературы; - допускает несущественные ошибки и неточности; - испытывает затруднения в практическом применении знаний; - слабо аргументирует научные положения; - затрудняется в формулировании выводов и обобщений; - частично владеет системой понятий
5	- студент не усвоил значительной части проблемы; - допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее; - испытывает трудности в практическом применении знаний; - не может аргументировать научные положения; - не формулирует выводов и обобщений; - частично владеет системой понятий
0	- студент не ответил на вопрос

5. Типовые контрольные задания и методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.

5.1. Типовая практическая работа:

1. Составьте программу по формированию потребности в ежедневном выполнении физических упражнений, в физической нагрузке.
2. Сформируйте памятку начинающему специалисту «Психология спорта».
3. Подготовьте презентацию «Психологические основы обучения в спорте»
4. Охарактеризуйте особенности лидерства в спорте.

5. Составьте презентацию: «Психологическое обеспечение спортивной деятельности».

5.2. Типовые вопросы для выступления на семинарах:

1. Психология физической культуры. Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы)
2. Психология спорта. Теоретические основы психологии спорта.
3. Психологические основы обучения и совершенствования в спорте.
4. Психология личности и коллектива в спорте.
5. Психологическое обеспечение спортивной деятельности.

5.3 Типовое тестовое задание:

1. Для спортсменов младшего возраста целесообразно составлять групповые перспективные планы на:
А) 4 – 8 лет
Б) 2 – 3 года
В) 1 – 2 года
Г) 3 – 4 года
2. Измерение и оценка в конце этапа (периода) подготовки различных показателей соревновательной и тренировочной деятельности спортсмена, динамики нагрузок и спортивных результатов на соревнованиях:
А) комплексный контроль
Б) этапный контроль
В) оперативный контроль
Г) текущий контроль
3. Какое количество функциональных операций предполагает организация учебно-тренировочного и соревновательного процессов?
А) 10
Б) 8
В) 6
Г) 5
4. Укажите, кем из ниже перечисленных известных людей, было впервые применено понятие «психология спорта»:
А) П. Ф. Лесгафт;
Б) Пьер де Кубертен;
В) А. П. Нечаев.
5. Психический процесс, позволяющий спортсмену запоминать, сохранять и воспроизводить двигательные действия -
А) долгосрочная память;
Б) произвольная память;
В) двигательная память.
6. Врожденные анатомические и психофизиологические особенности человека, которые в зависимости от качества их развития могут стать способностями:
А) задатки;
Б) генотип;
В) рефлекс

7. Монотонность тренировочной работы может приводить к двум состояниям. Определите и укажите их:
 А) монотония;
 Б) усталость;
 В) пресыщение.

8. Дословный перевод этого термина означает расстройство (планов), крушение (замыслов, надежд). Оно возникает у спортсмена в ситуации неоправдавшихся ожиданий успеха:
 А) разочарование;
 Б) фрустрация;
 В) подавленность.

9. Как называется высший уровень психической регуляции поведения и деятельности, являющийся разновидностью произвольной саморегуляции. Назовите его:
 А) сознание;
 Б) воля;
 В) психика.

10. Этот вид интеллекта рассматривается как проявление социально полезной адаптации. Определите и укажите его:
 А) психометрический;
 Б) биологический;
 В) социальный.

Ключ к заданиям

№ вопроса	Вариант 1
1	Б
2	Б
3	Б
4	Б
5	В
6	А
7	А,В
8	Б
9	Б
10	В

5.4 Типовые темы презентаций

1. Психологические основы обучения в спорте
2. Психологическое обеспечение спортивной деятельности

5.6 Вопросы к зачету

1. Предмет психологии спорта в системе наук.
2. Психологическая теория деятельности и ее значение для физической культуры и спорта.
3. Структура спортивной деятельности, психологическая характеристика спорта как вида деятельности.
4. Психологические основы формирования двигательного навыка.
5. Психологическая структура двигательного действия.

6. Психологические особенности двигательных навыков.
7. Психологические особенности технической подготовки.
8. Связь технической подготовки спортсмена с развитием психических процессов.
9. Взаимосвязь тактической подготовки с развитием психических процессов.
10. Психологическая характеристика физических качеств.
11. Психологическая характеристика деятельности тренера (учителя физкультуры, специалиста по реабилитации и т.д.).
12. Типичные субъективные трудности тренера и требования к самосовершенствованию.
13. Психологическая характеристика и общие требования к деятельности и личности учителя физической культуры.
14. Структура деятельности учителя физической культуры.
15. Объективные и субъективные трудности учителя физической культуры.
16. Эмоциональные процессы и их регуляция на уроках физкультуры.
17. Содержание психологического обеспечения спортивной деятельности.
18. Психологические особенности тренировочного процесса.
19. Психологические условия эффективности тренировочного процесса.
20. Общая психологическая подготовка спортсмена. Самооценка и процесс самовоспитания в структуре общей психологической подготовки.
21. Роль темперамента в спортивной деятельности.
22. Психологические особенности спортивного соревнования.
23. Специальная психологическая подготовка к конкретному соревнованию.
24. Причины, влияющие на динамику предсоревновательного психического напряжения.
25. Индивидуально-психологические особенности личности спортсмена.
26. Ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в условиях соревнований.
27. Регуляция психических состояний в спорте.
28. Социально-психологическая структура группы. Формирование социально-психологического климата в коллективе.
29. Психологические особенности спортивного коллектива.