

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смышнов Константин Михайлович
Должность: Декан факультета физической культуры и спорта
Дата подписания: 18.06.2026 12:44:38
Уникальный программный ключ:
929927c8ae4e55eb4d3ec0e00ff6bb638ca5a4df

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической
культуры и спорта, кандидат
педагогических наук, доцент
Смышнов К.М.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)
Психология физической культуры

Направление подготовки	<u>49.03.01 Физическая культура</u>	
Направленность (профиль)	<u>Спортивная тренировка</u>	
Год начала обучения	<u>2026</u>	
Форма обучения	очная	заочная
Реализуется в семестре	<u>6</u>	<u>9</u>

Введение

1. Назначение: данный фонд оценочных средств предназначен для оценки уровня сформированности компетенций обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура с профилем подготовки «Спортивная тренировка», по дисциплине «Психология физической культуры».

2. ФОС является приложением к программе дисциплины (модуля) «Психология физической культуры».

3. Разработчик Магин Владимир Алексеевич, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой образовательных технологий физической культуры и спорта факультета физической культуры и спорта, профессор кафедры образовательных технологий физической культуры и спорта факультета физической культуры и спорта

4. Проведена экспертиза ФОС.

Председатель: Грудницкая Н.Н. – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры образовательных технологий физической культуры и спорта факультета физической культуры и спорта – председатель УМК ФФКС.

Члены экспертной группы:

Смышнов К.М. – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики спорта ФФКС, и.о. декана факультета физической культуры и спорта.

Денисенко В.С. – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики спорта, и.о. заместителя декана ФФКС по учебной работе.

Представитель организации-работодателя:

Абдуллаев И.М., заместитель министра физической культуры и спорта Ставропольского края.

Экспертное заключение: фонд оценочных средств соответствует ОП ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Спортивная тренировка» и рекомендуется для оценивания уровня сформированности компетенций студентов по дисциплине «Психология физической культуры».

5. Срок действия ФОС определяется сроком реализации образовательной программы.

1. Описание критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Компетенции	Уровни сформированности компетенции(ий)			
	Минимальный уровень не достигнут (неудовлетворительно) 2 балла	Минимальный уровень (удовлетворительно) 3 балла	Средний уровень (хорошо) 4 балла	Высокий уровень (отлично) 5 баллов
<i>Компетенция ОПК-1</i>	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей, занимающихся различного пола и возраста			
ИД-1 _{ОПК-1} Демонстрирует знания анатомо-морфологических и психологических особенностей, занимающихся различного пола и возраста.	Имеет фрагментарные знания об анатомо-морфологических и психологических особенностях, занимающихся различного пола и возраста.	Имеет общее представление об анатомо-морфологических и психологических особенностях, занимающихся различного пола и возраста.	Имеет базовые знания об анатомо-морфологических и психологических особенностях, занимающихся различного пола и возраста.	В полном объеме владеет знаниями об анатомо-морфологических и психологических особенностях, занимающихся различного пола и возраста.
ИД-2 _{ОПК-1} Определяет цель, задачи, средства, методы и параметры физической нагрузки при планировании тренировочного процесса, ориентируясь на общие положения теории физической культуры и спорта	Частично сформированы умения определять цель, задачи, средства, методы и параметры физической нагрузки при планировании тренировочного процесса, ориентируясь на общие положения теории физической культуры и спорта	В целом сформированы, но не систематизированы умения определять цель, задачи, средства, методы и параметры физической нагрузки при планировании тренировочного процесса, ориентируясь на общие положения теории физической культуры и спорта	В достаточной степени сформированы умения определять цель, задачи, средства, методы и параметры физической нагрузки при планировании тренировочного процесса, ориентируясь на общие положения теории физической культуры и спорта	В полном объеме сформированы умения определять цель, задачи, средства, методы и параметры физической нагрузки при планировании тренировочного процесса, ориентируясь на общие положения теории физической культуры и спорта
ИД-3 _{ОПК-1} Осуществляет планирование учебно-тренировочных занятий на различных этапах подготовки в соответствии со спецификой избранного вида спорта	Частично сформированы навыки осуществлять планирование учебно-тренировочных занятий на различных этапах подготовки в соответствии со спецификой избранного вида спорта	В целом сформированы, но не систематизированы навыки осуществлять планирование учебно-тренировочных занятий на различных этапах подготовки в соответствии со спецификой избранного вида спорта	В достаточной степени, на базовом уровне сформированы осуществлять планирование учебно-тренировочных занятий на различных этапах подготовки в соответствии со спецификой избранного вида спорта	В полном объеме сформированы навыки осуществлять планирование учебно-тренировочных занятий на различных этапах подготовки в соответствии со спецификой избранного вида спорта

<i>Компетенция ОПК-6</i>	Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни			
ИД-1 _{ОПК-6} Демонстрирует знания социальной роли и значения физической культуры в формировании у обучающихся мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.	Имеет фрагментарные знания о социальной роли и значения физической культуры в формировании у обучающихся мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.	Имеет общее представление о социальной роли и значения физической культуры в формировании у обучающихся мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.	Имеет базовые знания о социальной роли и значения физической культуры в формировании у обучающихся мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.	В полном объеме владеет знаниями о социальной роли и значения физической культуры в формировании у обучающихся мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.
ИД-2 _{ОПК-6} Осуществляет отбор средств и методов для формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности.	Частично сформированы умения осуществлять отбор средств и методов для формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности	В целом сформированы, но не систематизированы умения осуществлять отбор средств и методов для формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности	В достаточной степени сформированы умения осуществлять отбор средств и методов для формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности	В полном объеме сформированы умения осуществлять отбор средств и методов для формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности
ИД-3 _{ОПК-6} Применяет накопленные в области физической культуры и спорта ценности и опыт для формирования у обучающихся культуры здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом	Частично сформированы навыки применять накопленные в области физической культуры и спорта ценности и опыт для формирования у обучающихся культуры здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом	В целом сформированы, но не систематизированы навыки применять накопленные в области физической культуры и спорта ценности и опыт для формирования у обучающихся культуры здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом	В достаточной степени, на базовом уровне сформированы навыки применять накопленные в области физической культуры и спорта ценности и опыт для формирования у обучающихся культуры здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом	В полном объеме сформированы навыки применять накопленные в области физической культуры и спорта ценности и опыт для формирования у обучающихся культуры здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом
<i>Компетенция ОПК-9</i>	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся			

И Д - 1 О П К - 9 Демонстрирует знание основ психолого-педагогического и медико-биологического контроля за состоянием занимающихся	Имеет фрагментарные знания об основах психолого-педагогического и медико-биологического контроля за состоянием занимающихся	Имеет общее представление об основах психолого-педагогического и медико-биологического контроля за состоянием занимающихся	Имеет базовые знания о основах психолого-педагогического и медико-биологического контроля за состоянием занимающихся	В полном объеме владеет знаниями об основах психолого-педагогического и медико-биологического контроля за состоянием занимающихся
ИД-2 _{ОПК-9} Осуществляет отбор диагностических средств и методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности и, психического состояния занимающихся.	Частично сформированы умения осуществлять отбор диагностических средств и методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	В целом сформированы, но не систематизированы умения осуществлять отбор диагностических средств и методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	В достаточной степени сформированы умения осуществлять отбор диагностических средств и методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	В полном объеме сформированы умения осуществлять отбор диагностических средств и методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности и, психического состояния занимающихся.
ИД-3 _{ОПК-9} Осуществляет корректировку процесса подготовки спортсменов на основе анализа и интерпретации результатов контроля.	Частично сформированы навыки осуществлять корректировку процесса подготовки спортсменов на основе анализа и интерпретации результатов контроля.	В целом сформированы, но не систематизированы навыки осуществлять корректировку процесса подготовки спортсменов на основе анализа и интерпретации результатов контроля.	В достаточной степени, на базовом уровне сформированы умения осуществлять корректировку процесса подготовки спортсменов на основе анализа и интерпретации результатов контроля.	В полном объеме сформированы навыки осуществлять корректировку процесса подготовки спортсменов на основе анализа и интерпретации результатов контроля.

Оценивание уровня сформированности компетенции по дисциплине осуществляется на основе «Положения о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры - в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет» в актуальной редакции.

2. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕРКИ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ

Номер задания	Правильный ответ	Содержание вопроса	Компетенция
		ОФО семестр 6 , ЗФО семестр 9	
1		В психологии спорта различают простые и сложные реакции. Простые реакции характеризуются одним сигналом и одним, заранее известным, ответным действием. Какие три типа простых реакций принято выделять?	ОПК -1
2		В психологии спорта различают простые и сложные реакции. Перечислите виды спорта, в которых быстрота реакции определяются двумя и более сигналами, одним или несколькими ответными действиями.	ОПК -1
3		Мотивы, побуждающие человека заниматься спортом, имеют свою структуру. Перечислите непосредственные мотивы спортивной деятельности.	ОПК -6
4		Мотивы, побуждающие человека заниматься спортом, имеют свою структуру. Перечислите опосредованные мотивы спортивной деятельности.	ОПК -6
5	a	Долговременные, часто многолетние мотивы спортивной деятельности называются: a) устойчивые b) ситуативные c) процессуальные	ОПК -6
6	c	Мотивы, побуждающие человека к деятельности называются: a) результативные b) устойчивые c) стимулы	ОПК-6
7	b	Мотивы честной соревновательной борьбы называются: a) индивидуальные b) групповые c) ситуативные	ОПК-6
8	a	Преобладание мотивов на успех и победу называют: a) мотивация достижения успеха b) мотивация избегания неудач c) стимулы	ОПК-6
9		Такие качества спортсмена, как - отношение к себе, отношение к обществу, отношение к труду, интересы, способности, интеллект, характеризуют ценности личности спортсмена	ОПК-6
10		Такие качества спортсмена, как — эмоциональная сфера, волевые качества, психомоторика, характеризуют ценности личности спортсмена	ОПК-6

11		Спортивный результат, техническое мастерство, тактическое мастерство, специальная физическая подготовленность, восстанавливаемость, характеризуют спортсмена	ОПК-6
12		Анатомо-морфологические, физические качества, тип ВНД, функциональные показатели, характеризуют возможности спортсмена	ОПК-1
13		В психологии выделяют три стадии психического перенапряжения, имеющие общие и специфические для каждой из них признаки. Перечислите общие признаки.	ОПК-9
14		В психологии выделяют три стадии психического перенапряжения, имеющие общие и специфические для каждой из них признаки. Перечислите специфические признаки.	ОПК-9
15		Нарушение внутреннего психического комфорта, беспокойство или страх в ситуациях, ранее относительно безразличных для спортсмена, называется	ОПК-9
16		Состояние спортсмена, возникшее вследствие мысли о несоответствии своих возможностей достижению поставленной цели, называется	ОПК-9
17		Как называется неустойчивость настроения, приводящее к резким колебаниям работоспособности?	ОПК-9
18	с	Общий депрессивный фон настроения, тревожность, неуверенность в своих силах, высокая ранимость, сенситивность, это: а) раздражительность б) капризность с) астеничность	ОПК-9
19	б	Когда спортсмен остается дисциплинированным, организованным, как обычно, качественно выполняет задание тренера, но периодически выражает недовольство общением, заданием, условиями в мимике, жестах, тоне речи, это: а) нервозность б) капризность с) утомляемость	ОПК-1
20	а	Нарастающая, несдерживаемая раздражительность, эмоциональная неустойчивость, повышенная возбудимость, беспокойство, напряженное ожидание неприятностей, характеризуется как: а) прочная стеничность б) эмоциональная неустойчивость с) утомляемость	ОПК-9
21		Причиной характера и особенностей	ОПК-1

		взаимоотношений в коллективе является психологический	
22		Какое из предсоревновательных состояний спортсмена является самым благоприятным для достижения высокого спортивного результата в соревновании?	ОПК-9
23		Какие три этапа выделяют в формировании психической готовности спортсмена к соревнованиям?	ОПК-9
24		Перечислите три наиболее эффективных способа саморегуляции, связанные с отражением своего <i>духовного «Я»</i> (направление сознания на самого себя).	ОПК-9
25	а	Один из членов группы, позиция которого завоевывается, как правило, спонтанно, в ситуациях, не связанных с основной деятельностью, благодаря симпатиям и уважению большинства группы, называется: а) неформальный лидер б) формальный лидер с) капитан	ОПК-1
26		Среди стилей лидерства выделяются авторитарный, демократический и либеральный. Такая форма поведения лидера, при которой он фактически уходит от своих обязанностей по руководству группой и ведет себя так, как будто он не лидер, а рядовой член группы, это стиль.	ОПК-1
27		В теории психодиагностических измерений специфический метод измерения индивидуально-психологических различий называется	ОПК-1
28		Перед применением на практике психологические тесты необходимо освидетельствовать по степени соответствия, согласно каким требованиям психометрии?	ОПК-1

2. Описание шкалы оценивания

В рамках рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации. Рейтинговая система оценки знаний студентов основана на использовании совокупности контрольных мероприятий по проверке пройденного материала (контрольных точек), оптимально расположенных на всем временном интервале изучения дисциплины. Принципы рейтинговой системы оценки знаний студентов основываются на требованиях, описанных в Положении об организации образовательного процесса на основе рейтинговой системы оценки знаний студентов в ФГАОУ ВО «СКФУ».

Рейтинговая система оценки не предусмотрено для студентов, обучающихся на образовательных программах уровня высшего образования магистратуры, для обучающихся на образовательных программах уровня высшего образования бакалавриата заочной и очно-заочной формы обучения.

3. Критерии оценивания компетенций

Оценка **«отлично»** выставляется студенту, если он демонстрирует уверенное знание основ психологии спортивной деятельности, средств и методов психологической подготовки в спорте, владеет методами организации и проведения психодиагностических мероприятий. Компетенция освоена на высоком уровне.

Оценка **«хорошо»** выставляется студенту, если он демонстрирует в целом успешные, но содержащие отдельные пробелы, представления о психологии спортивной деятельности, средствах и методах психологической подготовки в спорте, методах организации и проведения психодиагностических мероприятий. Компетенция освоена на базовом уровне.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется студенту, если он демонстрирует не системные представления о психологии спортивной деятельности, средствах и методах психологической подготовки в спорте, методах организации и проведения психодиагностических мероприятий. Компетенция освоена удовлетворительно.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он демонстрирует фрагментарные представления о психологии спортивной деятельности, средствах и методах психологической подготовки в спорте, методах организации и проведения психодиагностических мероприятий. Компетенция освоена на слабом уровне.