

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Баламирзоев Минир Досмухамедович
Должность: Ректор
Дата подписания: 10.06.2022 10:10
Уникальный программный ключ:
5cf0d6f89e80f49a334f6a4ba58e91f3326b9926

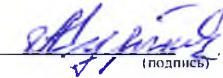
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный технический университет»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине «СОО.01.07 Физическая культура»
(указывается индекс и наименование дисциплины)

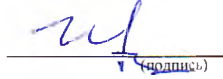
Специальность 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет
(по отраслям)
(код, наименование специальности)

Уровень образования СПО на базе основного общего образования
(основное общее образование/среднее общее образование)

Разработчик  Куршалиев А.Г.
(подпись) (ФИО, уч. степень, уч. звание)

Фонд оценочных средств обсужден на заседании кафедры ФКиС
«14» 11 2022 г., протокол № 3

Зав.кафедрой РЯ  Куршалиев А.Г.
(подпись)

Зав. выпускающей кафедрой  Исалова М.Н., д.э.н., профессор
(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|---|
| 1. Паспорт фонда оценочных средств | 3 |
| 2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке | 4 |
| 3. Оценка освоения учебной дисциплины | 4 |
| 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)..... | 4 |
| 3.2. Перечень вопросов и заданий для текущего контроля..... | 4 |
| 4. Перечень заданий для оценки сформированности компетенций и результатов..... | 7 |
| 5. Критерии оценки..... | 9 |

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств (далее - ФОС) является неотъемлемой частью рабочей программы дисциплины СОО.01.07 Физическая культура и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу данной дисциплины.

Целью разработки фонда оценочных средств является установление соответствия уровня подготовки обучающихся требованиям федеральных государственных образовательных стандартов среднего общего образования (далее - ФГОС СОО) и федеральных государственных образовательных стандартов среднего профессионального образования (далее - ФГОС СПО).

Рабочей программой дисциплины СОО.01.07 Физическая культура предусмотрено формирование компетенций и достижение результатов:

ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

1) Личностных:

Л1 готовность к служению Отечеству, его защите;

Л2 навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

Л3 принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

Л4 бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

2) Метапредметных:

М1 умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

М2 умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

М3 владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

3) Предметных:

П1 умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);

П2 владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

П3 владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

П4 владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

П5 владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности;

Формой аттестации по учебной дисциплине является зачет с оценкой.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих знаний, умений, а также динамика формирования компетенций:

Таблица 1

| Формируемые результаты | Формируемые знания, умения |
|----------------------------------|---|
| ОК 08, Л1 – Л4, М1 – М3, П1 – П5 | Знать: 31 роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; 32 основы здорового образа жизни; 33 условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; 34 средства профилактики перенапряжения |
| | Уметь: У1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; У2 применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; У3 пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности |

3. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Предметом оценки служат компетенции, личностные, метапредметные и предметные результаты, предусмотренные ФГОС СПО и ФГОС СОО.

Таблица 2

| Элемент учебной дисциплины | Формы и методы контроля | |
|---|-------------------------|--------------------------|
| | Текущий контроль | Промежуточная аттестация |
| | Форма контроля | Форма контроля |
| Тема 1.1 Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой. | Практическая работа | Зачетная работа |
| Тема 1.2 Основная гимнастика (обязательный вид) | Практическая работа | |
| Тема 1.3 Спортивная гимнастика | Практическая работа | |
| Тема 1.4. Акробатика | Практическая работа | |
| Тема 1.5 Аэробика | Практическая работа | |
| Тема 1.6 Атлетическая гимнастика | Практическая работа | |
| Тема 1.7 Футбол | Практическая работа | |
| Тема 1.8 Баскетбол | Практическая работа | |
| Тема 1.9 Волейбол | Практическая работа | |
| Тема 1.10 Спортивные игры, отражающие национальные, региональные или этнокультурные особенности | Практическая работа | |
| Тема 1.11 Лёгкая атлетика | Практическая работа | |

3.2. Перечень вопросов и заданий для текущего контроля

Формируемые результаты: личностные, метапредметные

Перечень заданий закрытого типа

Задание №1. Физическое здоровье человека – это:

- 1) естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем, но не обеспечивающее адаптацию к факторам внешней среды;
- 2) естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем и обеспечивающее адаптацию к факторам внешней среды.

Задание №2. Здоровье – это (по определению ВОЗ):

- 1) полное физическое и психическое благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

2) полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

3) отсутствие болезней или физических дефектов.

Задание №3. Установите соответствие

| | |
|--|---|
| А. Для развития силовых способностей рекомендуются | 1 Единоборства (каратэ, дзюдо, самбо), спортивные и подвижные игры |
| Б. Для развития способности к выносливости рекомендуются | 2 Стретчинг |
| В. Для развития координационных способностей рекомендуются | 3 Упражнения с отягощением: (гантелями, набивными мячами и т.п.), на тренажерах |
| Г. Для развития гибкости рекомендуются | 4 Циклические упражнения: бег, ходьба, езда на велосипеде, ходьба на лыжах, плавание. |

Задание №4. Установите соответствие между понятием и толкованием

| | |
|--------------------------------|--|
| А. Сила | 1 Способность выполнять физические упражнения с наибольшей амплитудой движения |
| Б. Выносливость | 2 Точно, быстро, рационально выполнять двигательные действия в изменяющейся ситуации. |
| В. Координационные способности | 3 Способность продолжительное время выполнять работу на высоком уровне без снижения её эффективности |
| Г. Гибкость | 4 Способность преодолевать внешнее напряжение или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений) |

Задание №5. Укажите правильную методическую последовательность занятий физическими упражнениями тренировочной направленности:

- а) бег, б) специальные упражнения, в) ходьба,
г) О.Р.У., д) заминка; е) О.Ф.П.,

Перечень заданий открытого типа

Задание № 1. С какого расстояния пробивается «пенальти» в футболе?

Задание № 2. Что означает «желтая карточка» в футболе?

Задание № 3. В каком городе проходили летние Олимпийские игры в 2020 г.?

Задание № 4. Дополните фразу: Наука о здоровом образе жизни называется ...

Задание № 5. Дополните фразу: Способность преодолевать внешнее напряжение или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений) – это ...

Формируемые компетенции и результаты: ОК 08, предметные

Перечень заданий закрытого типа

Задание №1. Строевые упражнения – это:

- А. совместные действия в строю
Б. поточные комбинации;
В. сочетания движениями различными частями тела;
Г. метания, лазания и т.д.

Задание №2. Физическая культура - это

- 1) использование физических упражнений для отдыха и восстановления работоспособности после трудовой или учебной деятельности;
2) часть общей культуры, направленная на физическое совершенствование, сохранение и укрепление здоровья человека в процессе осознанной двигательной активности;
3) использование физических упражнений для восстановления после перенесенных заболеваний и травм.
4) образовательный урок в школе или колледже.

Задание №3. Установите соответствие между понятием и толкованием

| | |
|--|--------------------------|
| А. Система физических упражнений, выполняемых на улице, с использованием специального спортивного оборудования | 1.Йога |
| Б. Система физических упражнений, выполняемых в водной среде как со специальным оборудованием, так и без него. | 2.Дыхательная гимнастика |
| В. Система физических упражнений, направленная на предупреждение гипоксии | 3.Стрейтчинг |
| Г. Система физических упражнений, направленная на растягивание мышц | 4.Аквааэробика |
| Д. Система физических упражнений, предполагающая выполнение упражнений статического и динамического характера, направленных на физическое и духовное совершенствование | 5 Воркаут |

Задание №4. Установите соответствие между понятием и толкованием

| | |
|-----------------|---|
| А. Сила | 1 Способность выполнять физические упражнения с наибольшей амплитудой движения |
| Б. Выносливость | 2 Точно, быстро, рационально выполнять двигательные действия в изменяющейся ситуации. |

| | |
|--------------------------------|--|
| В. Координационные способности | 3 Способность продолжительное время выполнять работу на высоком уровне без снижения её эффективности |
| Г. Гибкость | 4 Способность преодолевать внешнее напряжение или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений) |

Задание № 5. Расставьте виды спорта в порядке убывания количества игроков в команде
а) футбол, б) баскетбол, г) волейбол, в) гандбол

Перечень заданий открытого типа

Задание № 1. Как называется в баскетболе выполнение с мячом в руках более двух шагов?

Задание № 2. Кто первым ввёл в российской армии для солдат физическую подготовку и закаливание??

Задание № 3. Как называется способность выполнять движения, используя максимальную подвижность суставов?

Задание №4. Дополните фразу: Способность совершать большое количество движений за короткий промежуток времени – это ...

Задание №5. Дополните фразу: Физическая подготовка, обеспечивающая необходимый уровень развития физических качеств для выполнения трудовой деятельности, называется ...

4. ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ И РЕЗУЛЬТАТОВ

Формируемые результаты: личностные, метапредметные

Перечень заданий закрытого типа

Задание №1. Физическое здоровье человека – это:

- 1) естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем, но не обеспечивающее адаптацию к факторам внешней среды;
- 2) естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем и обеспечивающее адаптацию к факторам внешней среды.

Задание №2. Здоровье – это (по определению ВОЗ):

- 1) полное физическое и психическое благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.
- 2) полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.
- 3) отсутствие болезней или физических дефектов.

Задание №3. Установите соответствие

| | |
|--|---|
| А. Для развития силовых способностей рекомендуются | 1 Единоборства (каратэ, дзюдо, самбо), спортивные и подвижные игры |
| Б. Для развития способности к выносливости рекомендуются | 2 Стретчинг |
| В. Для развития координационных способностей рекомендуются | 3 Упражнения с отягощением: (гантелями, набивными мячами и т.п.), на тренажерах |
| Г. Для развития гибкости рекомендуются | 4 Циклические упражнения: бег, ходьба, езда на велосипеде, ходьба на лыжах, плавание. |

Задание №4. Установите соответствие между понятием и толкованием

| | |
|--------------------------------|--|
| А. Сила | 1 Способность выполнять физические упражнения с наибольшей амплитудой движения |
| Б. Выносливость | 2 Точно, быстро, рационально выполнять двигательные действия в изменяющейся ситуации. |
| В. Координационные способности | 3 Способность продолжительное время выполнять работу на высоком уровне без снижения её эффективности |
| Г. Гибкость | 4 Способность преодолевать внешнее напряжение или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений) |

Задание №5. Укажите правильную методическую последовательность занятий физическими упражнениями тренировочной направленности:

- | | | |
|------------|----------------------------|------------|
| а) бег, | б) специальные упражнения, | в) ходьба, |
| г) О.Р.У., | д) заминка; | е) О.Ф.П., |

Перечень заданий открытого типа

Задание № 1. С какого расстояния пробивается «пенальти» в футболе?

Задание № 2. Что означает «желтая карточка» в футболе?

Задание № 3. В каком городе проходили летние Олимпийские игры в 2020 г.?

Задание № 4. Дополните фразу: Наука о здоровом образе жизни называется ...

Задание № 5. Дополните фразу: Способность преодолевать внешнее напряжение или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений) – это ...

Формируемые компетенции и результаты: ОК 08, предметные

Перечень заданий закрытого типа

Задание №1. Строевые упражнения – это:

- А. совместные действия в строю
- Б. поточные комбинации;
- В. сочетания движениями различными частями тела;
- Г. метания, лазания и т.д.

Задание №2. Физическая культура - это

- 1) использование физических упражнений для отдыха и восстановления работоспособности после трудовой или учебной деятельности;
- 2) часть общей культуры, направленная на физическое совершенствование, сохранение и укрепление здоровья человека в процессе осознанной двигательной активности;
- 3) использование физических упражнений для восстановления после перенесенных заболеваний и травм.
- 4) образовательный урок в школе или колледже.

Задание №3. Установите соответствие между понятием и толкованием

| | |
|--|--------|
| А. Система физических упражнений, выполняемых на улице, с использованием | 1.Йога |
|--|--------|

| | |
|--|---------------------------|
| специального спортивного оборудования | |
| Б. Система физических упражнений, выполняемых в водной среде как со специальным оборудованием, так и без него. | 2. Дыхательная гимнастика |
| В. Система физических упражнений, направленная на предупреждение гипоксии | 3. Стрейтчинг |
| Г. Система физических упражнений, направленная на растягивание мышц | 4. Акваэробика |
| Д. Система физических упражнений, предполагающая выполнение упражнений статического и динамического характера, направленных на физическое и духовное совершенствование | 5. Воркаут |

Задание №4. Установите соответствие между понятием и толкованием

| | |
|--------------------------------|---|
| А. Сила | 1. Способность выполнять физические упражнения с наибольшей амплитудой движения |
| Б. Выносливость | 2. Точно, быстро, рационально выполнять двигательные действия в изменяющейся ситуации. |
| В. Координационные способности | 3. Способность длительное время выполнять работу на высоком уровне без снижения её эффективности |
| Г. Гибкость | 4. Способность преодолевать внешнее напряжение или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений) |

Задание № 5. Расставьте виды спорта в порядке убывания количества игроков в команде

а) футбол, б) баскетбол, г) волейбол, в) гандбол

Перечень заданий открытого типа

Задание № 1. Как называется в баскетболе выполнение с мячом в руках более двух шагов?

Задание № 2. Кто первым ввёл в российской армии для солдат физическую подготовку и закаливание??

Задание № 3. Как называется способность выполнять движения, используя максимальную подвижность суставов?

Задание №4. Дополните фразу: Способность совершать большое количество движений за короткий промежуток времени – это ...

Задание №5. Дополните фразу: Физическая подготовка, обеспечивающая необходимый уровень развития физических качеств для выполнения трудовой деятельности, называется ...

5. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

5.1. Критерии оценки текущего контроля и промежуточной аттестации

В ФГБОУ ВО «ДГТУ» для обучающихся по образовательным программам среднего профессионального образования применяется пятибалльная шкала знаний, умений, практического опыта.

Таблица 3

| Шкалы оценивания | | Критерии оценивания |
|---------------------------------|------------|---|
| пятибалльная | зачет | |
| «Отлично» - 5 баллов | | Показывает высокий уровень освоения результатов, т.е.: <ul style="list-style-type: none"> - демонстрирует глубокое и прочное освоение материала; - исчерпывающе, четко, последовательно, грамотно и логически стройно излагает теоретический материал; - правильно формирует определения; - демонстрирует умения самостоятельной работы с нормативно-правовой литературой; - умеет делать выводы по излагаемому материалу. |
| «Хорошо» - 4 балла | | Показывает достаточный уровень освоения результатов, т.е.: <ul style="list-style-type: none"> - демонстрирует достаточно полное знание материала, основных теоретических положений; - достаточно последовательно, грамотно логически стройно излагает материал; - демонстрирует умения ориентироваться в нормативно-правовой литературе; - умеет делать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу. |
| «Удовлетворительно» - 3 балла | Зачтено | Показывает пороговый уровень освоения результатов, т.е.: <ul style="list-style-type: none"> - демонстрирует общее знание изучаемого материала; - испытывает затруднения при ответах на дополнительные вопросы; - знает основную рекомендуемую литературу; - умеет строить ответ в соответствии со структурой излагаемого материала. |
| «Неудовлетворительно» - 2 балла | Не зачтено | Ставится в случае: <ul style="list-style-type: none"> - незнания значительной части программного материала; - не владения понятийным аппаратом дисциплины; - допущения существенных ошибок при изложении учебного материала; - неумения строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; - неумения делать выводы по излагаемому материалу. |

Критерии оценки тестовых заданий

Таблица 4

| Процент выполненных тестовых заданий | Оценка |
|--------------------------------------|---------------------|
| до 50% | неудовлетворительно |
| 50-69% | удовлетворительно |
| 70-84% | хорошо |
| 85-100% | отлично |

КЛЮЧИ К ЗАДАНИЯМ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Таблица 5

| Формируемые результаты | № задания | Ответ |
|----------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| Личностные, метапредметные | Задания закрытого типа | |
| | №1 | 2 |
| | №2 | 2 |
| | №3 | А-3, Б-4 В-1, Г-2 |
| | №4 | А-4, Б-3, В-2, Г-1 |
| | №5 | вагбед |
| | Задания открытого типа | |
| | №1 | П |
| | №2 | предупреждение |
| | №3 | Токио |
| | №4 | валеология |
| №5 | сила | |
| ОК 08, предметные | Задания закрытого типа | |
| | № 1 | А |
| | № 2 | 2 |
| | № 3 | А-5, Б-4, В-2, Г- 3, Д-1 |
| | № 4 | А-4, Б-3, В-2, Г-1 |
| | № 5 | авгб |
| | Задания открытого типа | |
| | № 1 | пробежка |
| | № 2 | Суворов |
| | № 3 | гибкость |
| | № 4 | быстрота |
| № 5 | профессионально-прикладная | |

**КЛЮЧИ К ЗАДАНИЯМ ДЛЯ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ И РЕ-
ЗУЛЬТАТОВ**

Таблица 6

| Формируемые компетенции и результаты | № задания | Ответ |
|---|-------------------------------|-------------------------------|
| Личностные, метапредметные | Задания закрытого типа | |
| | № 1 | 2 |
| | № 2 | 2 |
| | № 3 | А-3, Б-4 В-1, Г-2 |
| | № 4 | А- 2, Б-4, В- 5, Г-1, Д- 3 |
| | № 5 | авгб |
| | № 6 | абгв |
| | Задания открытого типа | |
| | № 1 | 11 |
| | № 2 | выносливость |
| | № 3 | 7м 32см |
| | № 4 | 11 м |
| | № 5 | предупреждение |
| | ОК 08, предметные | Задания закрытого типа |
| № 1 | | 2 |
| № 2 | | 2 |
| № 3 | | 2 |
| № 4 | | 4 |
| № 5 | | 2 |
| № 6 | | а |
| № 7 | | А- 4, Б-3, В-2, Г- 1 |
| № 8 | | А-5, Б-4, В-2, Г- 3, Д-1 |
| № 9 | | абгв |
| № 10 | | авбг |
| Задания открытого типа | | |
| № 1 | | Пьер де Кубертен |
| № 2 | | 2014 |
| № 3 | | Марафон |
| № 4 | | лёгкая атлетика |
| № 5 | | Токио |
| № 6 | | тяжёлая атлетика |
| № 7 | | выносливость |
| № 8 | | кросс |
| № 9 | валеология | |
| № 10 | профессионально-прикладная | |

Критерии оценки тестовых заданий, заданий на дополнение, с развернутым ответом и на установление правильной последовательности

Верный ответ - 2 балла.

Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов.

Критерии оценки заданий на сопоставление

Верный ответ - 2 балла

1 ошибка - 1 балл

более 1-й ошибки или ответ отсутствует - 0 баллов