

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Баламирзоев Минатиперс
Должность: Ректор
Дата подписания: 27.09.2024 09:29:14
Уникальный программный ключ:
5cf0d6f89e80f49a334f6a4ba58e91f3326b9926


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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ


по дисциплине «ОГСЭ.04 Физическая культура»

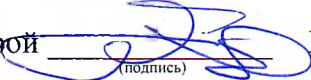
Специальность 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений
(код, наименование специальности)

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

Разработчик  Куршалиев А.Г.

Фонд оценочных средств обсужден на заседании кафедры физической культуры и спорта
« 14 » 11 2022 г., протокол № 3

Зав.кафедрой ФКиС  Куршалиев А.Г.

Зав. выпускающей кафедрой  Хаджишалапов Г.Н., д.т.н., профессор

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|---|
| 1. Паспорт фонда оценочных средств | 3 |
| 2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке | 3 |
| 3. Оценка освоения учебной дисциплины | 4 |
| 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)..... | 4 |
| 3.2. Перечень заданий для текущего контроля..... | 4 |
| 4. Перечень заданий для оценки сформированности компетенций | 6 |
| 5. Критерии оценки..... | 9 |

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств (далее - ФОС) является неотъемлемой частью рабочей программы дисциплины ОГСЭ.04 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 федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее - ФГОС СПО).

Рабочей программой дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура предусмотрено формирование следующих компетенций:

- 1) ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
- 2) ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

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

| Результаты обучения: знания, умения | Формируемые виды деятельности/компетенции |
|---|---|
| Знать: 31 психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; 32 основы проектной деятельности | ОК 04 |
| Уметь: У1 организовывать работу коллектива и команды; У2 взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности | |
| 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 при выполнении строительно-монтажных работ, в том числе отделочных работ, ремонтных работ и работ по реконструкции эксплуатации строительных объектов; 34 средства профилактики перенапряжения. | ОК 08 |
| 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 при выполнении строительно-монтажных работ, в том числе отделочных работ, ремонтных работ и работ по реконструкции и эксплуатации строительных объектов | |

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Предметом оценки служат знания, умения, предусмотренные ФГОС СПО, направленные на формирование общих компетенций.

Таблица 2

| Элемент учебной дисциплины | Формы и методы контроля | | | |
|-------------------------------------|-------------------------|---|--------------------------|---|
| | Текущий контроль | | Промежуточная аттестация | |
| | Форма контроля | Проверяемые компетенции/ знания/умения/ практический опыт | Форма контроля | Проверяемые компетенции/ знания/умения/ практический опыт |
| Тема 1.1 Лёгкая атлетика | Практическая работа | ОК 04, У1-У2, 31-32 ОК 08 , У1-У3, 31-34 | Зачетная работа | ОК 04, У1-У2, 31-32 ОК 08 , У1-У3, 31-34 |
| Тема 1.2 Спортивные игры. Волейбол | Практическая работа | ОК 04, У1-У2, 31-32 ОК 08 , У1-У3, 31-34 | Зачетная работа | ОК 04, У1-У2, 31-32 ОК 08 , У1-У3, 31-34 |
| Тема 1.3 Спортивные игры. Баскетбол | Практическая работа | ОК 04, У1-У2, 31-32 ОК 08 , У1-У3, 31-34 | Зачетная работа | ОК 04, У1-У2, 31-32 ОК 08 , У1-У3, 31-34 |
| Тема 1.4. Гимнастика | Практическая работа | ОК 04, У1-У2, 31-32 ОК 08 , У1-У3, 31-34 | Зачетная работа | ОК 04, У1-У2, 31-32 ОК 08 , У1-У3, 31-34 |

3.2. Перечень заданий для текущего контроля

Формируемая компетенция: ОК 04

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 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. 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 ...

Формируемая компетенция: ОК 08

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

- использование физических упражнений для отдыха и восстановления работоспособности после трудовой или учебной деятельности;
- часть общей культуры, направленная на физическое совершенствование, сохранение и укрепление здоровья человека в процессе осознанной двигательной активности;
- использование физических упражнений для восстановления после перенесенных заболеваний и травм.
- 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.Акваэробика |
| Д. Система физических упражнений, предполагающая выполнение упражнений статического и динамического характера, направленных на физическое и духовное совершенствование | 5Воркаут |

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 ...

4. ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ

Формируемая компетенция: ОК 04

Перечень заданий закрытого типа

Задание №1. 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 №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. Физическое воспитание – это:

- 1) тренировочный процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, сохранение и укрепление здоровья.
- 2) педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, сохранение и укрепление здоровья.
- 3) образовательный процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, сохранение и укрепление здоровья.

Задание №4. В физкультурно-спортивный комплекс ГТО не входят следующие испытания

- 1) челночный и обычный бег;
- 2) дартс;
- 3) самооборона без оружия;
- 4) прыжки в длину с места и с разбега;

Задание №5. Применение физических упражнений в режиме трудового дня называется:

- 1) рекреативной гимнастикой;
- 2) производственной гимнастикой;
- 3) лечебной гимнастикой;
- 4) гигиенической гимнастикой;
- 5) оздоровительной гимнастикой

Задание №6. Для оценки состояния дыхательной системы используются

- 1) антропометрические показатели;
- 2) пульсометрия;
- 3) динамометрия;
- 4) проба Штанге

Задание №7. 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 №8. Установите соответствие между понятием и определением

| | |
|--|---------------------------|
| А. Система физических упражнений, направленная на одновременное укрепление, растягивание, тонизирование мышц, первоначально используемая для реабилитации после травм | 1 Йога |
| Б. Система физических упражнений, направленных на развитие силовых способностей | 2 Пилатес |
| В. Система физических упражнений высокой интенсивности, разделенных интервалами отдыха на несколько частей и выполняемая на протяжении нескольких раундов | 3.Стретчинг |
| Г. Система физических упражнений, предполагающая выполнение упражнений преимущественно статического характера, направленных на физическое и духовное совершенствование | 4 Атлетическая гимнастика |

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 | | <p>Показывает высокий уровень освоения результатов, т.е.:</p> <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 | | <p>Показывает достаточный уровень освоения результатов, т.е.:</p> <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 | <p>Показывает пороговый уровень освоения результатов, т.е.:</p> <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 | <p>Ставится в случае:</p> <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 |
|------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| ОК 04 | 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 | 11 |
| | №2 | предупреждение |
| | №3 | Токио |
| | №4 | валеология |
| №5 | сила | |
| ОК 08 | 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

Таблица 6

| Формируемые результаты | № задания | Ответ |
|-------------------------------|-------------------------------|----------------------------|
| ОК 04 | Задания закрытого типа | |
| | №1 | 2 |
| | №2 | 2 |
| | №3 | 2 |
| | №4 | 2 |
| | №5 | 2 |
| | №6 | 4 |
| | №7 | А-3, Б-4 В-1, Г-2 |
| | №8 | А- 2, Б-4, В- 5, Г-1, Д- 3 |
| | №9 | авгб |
| | №10 | вагбед |
| | Задания открытого типа | |
| | №1 | 11 |
| | №2 | выносливость |
| | №3 | 7м 32см |
| | №4 | 11 м |
| | №5 | предупреждение |
| | №6 | Токио |
| | №7 | Плоскостопие |
| | №8 | Штрафной удар |
| №9 | Кросс | |
| №10 | Валеология | |
| ОК 08 | Задания закрытого типа | |
| | № 1 | 2 |
| | № 2 | 2 |
| | № 3 | 2 |
| | № 4 | 4 |
| | № 5 | б |
| | № 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 | бгва |
| | Задания открытого типа | |
| | № 1 | Пьерде 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.