

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**(ДГТУ)**

АВИАЦИОННЫЙ КОЛЛЕДЖ

УТВЕРЖДАЮ

Директор колледжа

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.И. Азарова

личная подпись инициалы, фамилия

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_ г.

**Фонд оценочных средств**

**для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации**

в форме дифференцированного зачета

по дисциплине БД.05 Физическая культура

по специальности СПО 36.02.01 Ветеринария

Ростов-на-Дону

2021г.

**Лист согласования**

Фонд оценочных средств по специальности (специальностям) среднего профессионального образования (далее - СПО) 36.02.01Ветеринария разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС)

**Разработчик:**

Преподаватель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.К. Бареева

личная подпись инициалы, фамилия

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021г.

Фонд оценочных средств рассмотрен и одобрен на заседании цикловой комиссии «Общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин»

Протокол № \_\_ от «\_\_\_» 2021г.

Председатель цикловой комиссии \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И. В.Гайворонская

личная подпись инициалы, фамилия

«\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 2021г.

**Согласовано:**

**Рецензенты:**

Авиационный колледж ДГТУ

Председатель цикловой комиссии

Общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин

И.В. Гайворонская

Место работы занимаемая должность инициалы, фамилия

Авиационный колледж ДГТУ \_рук.ФВ\_\_ А.В. Долгов\_

место работы занимаемая должность инициалы, фамилия

Заместитель директора по УМР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В. Соломатина

личная подпись инициалы, фамилия

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021г.

## 1.Паспорт фонда оценочных средств

**1.1 Область применения фонда оценочных средств**

Фонд контрольно-оценочных средств (далее ФОС) предназначен для

проверки результатов освоения учебной дисциплины БД. 05 Физическая культура.

Освоение содержания учебной дисциплины Физическая культура обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

• *личностных:*

− готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;

− сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательнойактивности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

− потребность к самостоятельному использованию физической культуры как

составляющей доминанты здоровья;

− приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;

− формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок,

системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных,

регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования всоциальной, в том числе профессиональной, практике;

− готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях

навыки профессиональной адаптивной физической культуры;

− способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков

профессиональной адаптивной физической культуры;

− способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные

и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной

деятельности;

− формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно

общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и

спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

− принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни,

потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

− умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной

деятельностью;

− патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;

− готовность к служению Отечеству, его защите;

• *мета-предметных:*

− способность использовать меж-предметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной

практике;

− готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;

− освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических

и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;

− готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной

деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках

информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по

физической культуре, получаемую из различных источников;

− формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;

− умение использовать средства информационных и коммуникационных

технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и

организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники

безопасности, гигиены, норм информационной безопасности;

•  *предметных:*

− умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

− владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья,

поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

− владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей

здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития

и физических качеств;

− владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности

с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

− владение техническими приемами и двигательными действиями базовых

видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Результаты освоения**  (объекты оценивания) | **Основные показатели оценки результата и их критерии** | **Тип задания;**  **№ задания** | **Форма аттестации**  **(в соответствии с учебным планом)** |
| Знание о влиянии оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек; основы здорового образа жизни; способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.  Умение выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной, адаптивной (лечебной) физической культуры, комплексы упражнений атлетической гимнастики; проводить самоконтроль призанятиями физическими упражнениями; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; выполнять контрольные упражнения, предусмотренные государственным стандартом по легкой атлетике, баскетболу, гимнастики, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма.  ОК 02 Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК03 Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность. ОК 04.Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 06 Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями. ОК 07Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий. ОК 08 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. | выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом по легкой атлетике, баскетболу, футболу, гимнастике, волейболу с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма. | контрольные нормативы | оценка физической подготовленности по результатам выполнения контрольных упражнений, дифференцированный зачёт |

**Критерии оценки успеваемости по технике владения двигательными**

**действиями (умениями и навыками)**

Оценка «5» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

Оценка «4» - двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «3» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Оценка «2» - двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

**Критерии оценки творческой работы.**

Творческая работа оценивается по следующим критериям:

- умение видеть проблему, разбираться в её сути;

- научной эрудиции (в первую очередь, важна степень знакомства с литературой по выбранной теме);

- умению критически оценивать используемый материал;

-свободе и логичности изложения;

- соответствию требованиям к внешнему оформлению .

В соответствии с этими критериями возможны следующие варианты оценок:

«отлично» - все требования выполнены;

«хорошо» - требования выполнены, но допущены незначительные ошибки, существуют пробелы или недостаточна самостоятельность в раскрытии темы;

«удовлетворительно» - допущены серьёзные ошибки, нарушена

последовательность в изложении, есть серьёзные пробелы, хотя

продемонстрировано знакомство с литературой по теме в рамках

необходимого минимума, основные моменты темы раскрыты (хотя

самостоятельность в их оценке мала);

«неудовлетворительно» - тема не раскрыта.

## 2. Задания для текущего контроля с критериями оценивания

## 2.1. Задания для проведения дифференцированного зачета.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Контрольные упражнения | ПОКАЗАТЕЛИ | | | | |
| Учащиеся | Мальчики | | | Девочки | |
| Оценка | “5” | “4” | “3” | “5” | “4” |
| Челночный бег 3\*10  м, сек | 7.3 | 8.0 | 8.2 | 9,7 | 10,1 |
| Бег 30 м, секунд | 4.4 | 5.1 | 5.2 | 5,4 | 5,8 |
| Бег 1000м.мин. | 3,35 | 4,00 | 4,30 |  |  |
| Бег 500м. мин |  |  |  | 2,10 | 2,25 |
| Бег 100 м, секунд | 14,4 | 14,8 | 15,5 | 16,5 | 17,2 |
| Бег 3000 м.(ю) ;2000 м.(д) мин | 12,40 | 13,30 | 14,30 | 10,20 | 11,15 |
| Прыжки  в длину с места | 230 | 190 | 180 | 185 | 170 |
| Подтягивание на перекладине | 11 | 9 | 7 | 18 | 13 |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа | 32 | 27 | 22 | 20 | 15 |
| Наклоны  вперед из положения сидя | 15+ | 9 | 5- | 22+ | 12 |
| Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа | 52 | 47 | 42 | 40 | 35 |
| Метание гранаты (ю)-700 гр. (д)- 500 гр. на дальность м. | 28 | 23 | 18 | 23 | 18 |
| Прыжок на скакалке, 30 сек, раз | 65 | 60 | 50 | 75 | 70 |

**2.2 Перечень вопросов к зачету**

Теоретические вопросы

1.Плавание и его виды.

2.История развития спортивной гимнастики.

3.Баскетбол.

4.Волейбол.

5.Легкая атлетика.

6.История спортивного танца.

7.Художественная гимнастика.

8.Таэквон-до.

9.Борьба Сумо.

10.Шахматы и виды спорта.

11.Спортивная борьба.

12.Прыжок с шестом.

13.Развитие физических качеств.

14.Врачебный контроль и самоконтроль. Медицинские проблемы массовой физической культуры.

15.История автомобильного спорта.

16.История развития настольного тенниса.

17.Олимпийские виды спорта. Лыжный спорт.

18.Профилактические, реабилитационные и восстановительные мероприятия, при занятиях физическими упражнениями.

19.Летние Олимпийские игры 2008.

20.Основные формы передвижения человека.

21.Физические качества человека. Средства и методы их воспитания.

22.История футбола.

23.Виды спорта, развивающие выносливость.

24.Легкая атлетика (отдельный вид).

25.Спортивная гребля.

26.Правила игры в волейбол.

27.Авиационный спорт. История развития «Высшего пилотажа.

28.Лечебная физкультура.

29.Зарядка-утренняя гимнастика.

30.Основы физической и спортивной подготовки.

31.Хоккей.

Виды испытаний (тесты) и нормативы ГТО

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Виды испытаний  (тесты) | | Нормативы | | | | | | | |  |
| Юноши | | | | | | Девушки | |
| Бронзовы знак | Серебряный знак | | Золотой знак | | | Бронзовый знак | Серебряный знак |
| Обязательные испытания (тесты) | | | | | | | | | | |  |
| 1. | Бег на 100 м (с) | | 14,6 | | 14,3 | | 13,8 | | 18,0 | 17,6 |
| 2. | Бег на 2 км (мин, с) | | 9.20 | | 8.50 | | 7.50 | | 11.50 | 11.20 |
| или на 3 км (мин, с) | | 15.10 | | 14.40 | | 13.10 | | - | - |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине | | 8 | | 10 | | 13 | | - | - |
|  | или рывок гири 16 кг (количество раз) | | 15 | | 25 | | 35 | | - | - |
| или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине | | - | | - | | - | | 11 | 13 |
| или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | | - | | - | | - | | 9 | 10 |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см) | | 6 | | 8 | | 13 | | 7 | 9 |
| Испытания (тесты) по выбору | | | | | | | | | | |  |
| 5. | Прыжок в длину с разбега (см) | 360 | | 380 | | 440 | | 310 | | 320 |
| или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 200 | | 210 | | 230 | | 160 | | 170 |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа(кол-во раз в 1 мин) | 30 | | 40 | | 50 | | 20 | | 30 |
| 7. | Метание спорт.снаряда весом 700 г (м) | 27 | | 32 | | 38 | | - | | - |
| или весом  500 г (м) | - | | - | | - | | 13 | | 17 |
| 8. | кросс на 3 км по пересеченной местности | - | | - | | - | | Без учета времени | | Без учета времени |
| или кросс на  5 км по пересечённой местности | Без учета времени | | Без учета времени | | Без учета времени | | - | | - |