



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

Республики Крым

«Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова»

(ГБОУВО РК КИПУ имени Февзи Якубова)

Кафедра прикладной информатики

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательной программы

Л.Н. Акимова

«02» октября 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

З.С. Сейдаметова

«02» октября 2023 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОГСЭ.05 Физическая культура

специальность 09.02.07 Информационные системы и программирование

Симферополь – 2023 г.

Фонд оценочных средств «ОГСЭ.05 Физическая культура» для обучающихся специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование

Составитель фонда оценочных средств _____ Н.Н. Мухамедьяров
(подпись)

Фонд оценочных средств рассмотрен и одобрен на заседании кафедры физической культуры
от «28» августа 2023 г., протокол № 1

Заведующий кафедрой _____ Н.Н. Мухамедьяров
(подпись)

Фонд оценочных средств рассмотрен и одобрен на заседании УМК факультета экономики, менеджмента и информационных технологий
от «30» сентября 2023 г., протокол № 1

Председатель УМК _____ К.М. Османов
(подпись)

1. Паспорт фонда оценочных средств

1.1. Область применения фонда оценочных средств

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, осваивающих программу учебной дисциплины «ОГСЭ.05 Физическая культура» по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование

1.2. Требования к результатам освоения учебной дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины «ОГСЭ.05 Физическая культура» обучающийся должен овладеть следующими умениями и знаниями, которые формируют профессиональные и общие компетенции, предусмотренные федеральным государственным образовательным стандартом по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 декабря 2016 г. № 1547.

Код и наименование компетенций	Умения	Знания
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде; ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения для данной специальности	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной специальности; средства восстановления, профилактики перенапряжения

2. Оценка результатов освоения учебной дисциплины

Основные показатели и критерии оценки результатов освоения учебной дисциплины представлены в таблице

Результаты освоения учебной дисциплины	Критерии оценки (основные показатели оценки результатов)	Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства	Обучающийся демонстрирует знание роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека; знает основы ЗОЖ, формы и содержание физических упражнений; значимость физической культуры в профессиональной деятельности; знает средства восстановления, профилактики перенапряжения	практические занятия, устный опрос	зачет

восстановления, профилактики перенапряжения			
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины: использовать физкультурно- оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения	Обучающийся использует содержание физкультурно- оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; владеет техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активно применяет их в игровой и соревновательной деятельности; применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности, использует их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности	практические занятия, устный опрос	

3. Типовые задания для проведения текущего контроля, критерии и шкалы оценивания

3.1. Практические занятия

Тема. Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики

1. Разминка-комплекс ОРУ на месте, упражнения на гибкость
2. Знакомство с эстафетным бегом и создание у занимающихся представления о технике передачи эстафеты
3. Обучение технике держания и выбрасывания мяча

Тема. Передачи мяча

1. Освоение передачи мяча отскоком от площадки, от груди, из-за головы, от плеча на месте и в движении
2. Овладение передачей мяча правой, левой рукой снизу

Критерии и шкала оценивания практических занятий

Шкалы оценивания	Критерии оценивания
«отлично»	задание выполнено в установленный срок с использованием рекомендаций преподавателя; показан высокий уровень знания изученного материала по заданной теме
«хорошо»	задание выполнено в установленный срок с использованием рекомендаций преподавателя; показан хороший уровень владения изученным материалом по заданной теме
«удовлетворительно»	задание выполнено в установленный срок с частичным использованием рекомендаций преподавателя; продемонстрированы минимальные знания по основным темам изученного материала

«неудовлетворительно»	число ошибок и недочетов превосходит норму, при которой может быть выставлена оценка «удовлетворительно», или правильно выполнено менее половины задания, или обучающийся не приступал к выполнению задания
-----------------------	---

3.2. Устный опрос

1. Физическая культура в жизни общества
2. Цель и задачи физкультурного образования студентов
3. Социальные функции физического воспитания и спорта
4. Формы физического воспитания студентов
5. Связь физической культуры с общей культурой студента
6. Место физической культуры в трудовой (учебной) деятельности человека
7. Факторы, определяющие здоровый образ жизни
8. Двигательная активность как основной фактор развития организма человека
9. Физическая работоспособность, факторы, влияющие на работоспособность
10. Внешние признаки утомления при физическом труде, при умственном труде
11. Влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую систему
12. Физиологические основы занятий физическими упражнениями
13. Основные причины снижения функциональных возможностей организма
14. Восстановительные мероприятия в процессе тренировки, их значения
15. Профилактика спортивного травматизма и заболеваний
16. Закономерности построения процесса физической подготовки
17. Специфические принципы физической подготовки (тренировки)
18. Влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую систему
19. Влияние физических упражнений на систему дыхания
20. Воздействие физических упражнений на опорно-двигательный аппарат

Критерии и шкала оценивания устных опросов

Шкалы оценивания	Критерии оценивания
«отлично»	обучающийся полно изложил материал (ответил на вопрос), дал правильное определение основных понятий; обосновал свои суждения, применил знания на практике, привел необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; изложил материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка
«хорошо»	обучающийся дал ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допустил одну-две ошибки, которые сам же исправил, и одно-два недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого
«удовлетворительно»	обучающийся обнаружил знание и понимание основных положений рассматриваемого вопроса, но изложил материал неполно и допустил неточности в определении понятий или формулировке правил; не сумел достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; изложил материал непоследовательно и допустил ошибки в языковом оформлении излагаемого
«неудовлетворительно»	обучающийся обнаружил незнание большей части соответствующего вопроса, допустил ошибки в формулировке определений и правил, которые исказили их смысл, беспорядочно и неуверенно изложил материал

4. Типовые задания для проведения промежуточной аттестации, критерии и шкалы оценивания

4.1. Зачет

Вопросы для проведения зачета

1. Социальное значение ФК в жизни человека
2. Воздействие внешних и социальных факторов на организм человека
3. Воздействие внутренних факторов на организм человека
4. Влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую систему человека
5. Влияние физических упражнений на дыхательную систему
6. Влияние физических упражнений на двигательный аппарат и обмен веществ
7. Факторы, определяющие здоровье человека
8. Что такое здоровье?
9. Режим дня – одна из составляющих ЗОЖ
10. Гигиена умственного труда – одна из составляющих ЗОЖ
11. Искоренение вредных привычек
12. Рациональное питание – одна из составляющих ЗОЖ
13. Влияние окружающей среды на здоровье человека
14. Оптимальный двигательный режим – важнейшее условие
15. Систематические занятия ФУ и их роль в укреплении здоровья
16. Сила и методы ее воспитания
17. Быстрота и методы ее воспитания
18. Выносливость и методы ее воспитания
19. Ловкость и методы ее воспитания
20. Гибкость и методы ее воспитания

Критерии и шкала оценивания зачета (теоретическая часть)

Шкалы оценивания	Критерии оценивания
«зачтено»	обучающийся показал знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, самостоятельно выполнил основные предусмотренные программой задания
«не зачтено»	у обучающегося обнаружены пробелы в знаниях или отсутствие знаний по значительной части основного учебно-программного материала. Студент не выполнил самостоятельно предусмотренные программой основные задания или допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, допустил существенные ошибки при ответе

Сдача нормативов

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Оценка					
				Юноши			Девушки		
				5	4	3	5	4	3
1	Скоростные	Бег 30 м, с	16	4,4 и выше	5,1–4,8	5,2 и ниже	4,8 и выше	5,9–5,3	6,1 и ниже
			17	4,3	5,0–4,7	5,2	4,8	5,9–5,3	6,1
2	Координационные	Челночный бег 3×10 м, с	16	7,3 и выше	8,0–7,7	8,2 и ниже	8,4 и выше	9,3–8,7	9,7 и ниже

			17	7,2	7,9– 7,5	8,1	8,4	9,3– 8,7	9,6
3	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	16 17	230 и выше 240	195–210 205–220	180 и ниже 190	210 и выше 210	170–190 170–190	160 и ниже 160
4	Выносливость	6-минутный бег, м	16 17	1500 и выше 1500	1300–1400 1300–1400	1100 и ниже 1100	1300 и выше 1300	1050–1200 1050–1200	900 и ниже 900
5	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см	16 17	15 и выше 15	9–12 9–12	5 и ниже 5	20 и выше 20	12–14 12–14	7 и ниже 7
6	Силовые	Подтягивание: на высокой перекладине из виса, кол-во раз (юноши), на низкой перекладине из виса лежа, количество раз (девушки)	16 17	11 и выше 12	8–9 9–10	4 и ниже 4	18 и выше 18	13–15 13–15	6 и ниже 6

Волейбол

Задания	5	4	3
10 передач волейбольного мяча без обивки	с первой попытки	2-3 ошибки	менее 5 передач не выполнены
Передача мяча в парах через сетку	50 передач с соблюдением всех критерий	40 передач, 2 ошибки	30 передач
Передача мяча сверху над собой (10 раз)	10 передач без ошибки	10 передач, 2 ошибки	10 передач, 3 ошибки
Комбинирование передачи одна сверху над собой, одна снизу	10 передач без ошибки	10 передач, 2 ошибки	10 передач, 3 ошибки
Прием мяча снизу с подачи	точный прием без ошибки	мяч принят и остался в игре	из 5 подач 4 приема
Верхняя подача в зону	из 5 попыток – 5 без ошибок	из 5 попыток – 3 без ошибок	из 5 попыток – 2 без ошибок

Баскетбол

Задания	5	4	3
Передача мяча партнеру на расстоянии 3 метра	18 передач без ошибок	16 передач без ошибок	14 передач без ошибок
Бросок в кольцо, в движении 10 раз	7 попаданий	6 попаданий	5 попаданий

Штрафной бросок 10 раз	5 попаданий	4 попадания	3 попадания
------------------------	-------------	-------------	-------------

Критерии и шкала оценивания зачета (сдача нормативов)

Шкалы оценивания	Критерии оценивания
«зачтено»	контрольные нормативы выполнены
«не зачтено»	контрольные нормативы не выполнены