

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шебзухова Татьяна Александровна
Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского
федерального университета
Дата подписания: 13.06.2024 15:51:49
Уникальный программный ключ:
d74ce93cd40e39275c3ba2f58486412a1c8ef96f

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Пятигорский институт (филиал) СКФУ
Колледж Пятигорского института (филиал) СКФУ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Пятигорского института
(филиал) СКФУ
Т.А. Шебзухова

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине	Физическая культура
Специальность	09.02.01. Компьютерные системы и комплексы.
Форма обучения	очная

1. Паспорт фонда оценочных средств

1.1. Область применения

Фонд оценочных средств предназначен для оценивания знаний, умений, уровня сформированности компетенций студентов, обучающихся по специальности 09.02.01.

Компьютерные системы и комплексы. ОГСЭ.04 Физическая культура

ФОС составлен на основе ФГОС и рабочей программы дисциплины.

Промежуточная аттестация по учебной дисциплине предусмотрена в форме (зачета, дифференцированного зачета) с выставлением отметки по системе «зачтено», «не зачтено» и с выставлением отметки по системе «отлично, хорошо, удовлетворительно, неудовлетворительно»

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины

ФОС позволяет сформированность общие компетенции в соответствии с требованиями рабочей программы учебной дисциплины.

умения:

У.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

знания:

З.1 о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;

З.2 основы здорового образа жизни.

Общие компетенции:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники;

ОК 03. Определять актуальность нормативноправовой документации в профессиональной деятельности

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;.

ОК 05. Грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе

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

В рамках программы учебной дисциплины осваиваются личностные, метапредметные и предметные результаты с соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования.

1.3. Формы контроля и оценивания

Предметом оценки служат личностные, метапредметные и предметные результаты, сформированность общих компетенций

Таблица 1 Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины	Формы контроля и оценивания			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Методы оценки (заполняется в соответствии с разделом 4 рабочей программы)	Проверяемые ПК, ОК, У, З (для общеобразовательных дисциплин ОК, Л, М, П)	Методы оценки	Проверяемые ПК, ОК, У, З (для общих компетенций)

Раздел 1 Профессионально – прикладная физическая подготовка студентов. Тема 1.1. Общие положения физической подготовки	1. Общие положения профессионально – прикладной физической подготовки. 2. Основное содержание ППФП будущего специалиста; прикладные виды спорта и их элементы.	ОК 01, ОК 2, ОК 3, ОК 04, ОК 8	Зачет Дифференцированный зачет	ОК
Раздел 2. Легкая атлетика. Тема 2.1. Эстафетный бег, кроссовая подготовка.	Практическое занятие №1 Инструктаж по технике безопасности. Практическое занятие №2 Изучение техники бега. Практическое занятие №3 Общие основы техники прыжков. Практическое занятие №4 Понятие об отталкивании в прыжках. Практическое занятие №5 Эстафетный бег. Практическое занятие №6 Техника метания. Практическое занятие №7 Низкий старт, стартовый разбег. Практическое занятие №8 Изучение техники бега на короткие дистанции. Практическое занятие №9. Высокий старт, бег по повороту, стартовый разгон, ускорение. Практическое занятие №10 Кроссовая подготовка. Практическое занятие №11 Бег на средние дистанции. Практическое занятие №12 Метание мяча на дальность.	ОК 01, ОК 2, ОК 3, ОК 04, ОК 8		
Тема 2.2 Встречная эстафета, совершенствование техники метания мяча.	Практическое занятие №13 Встречная эстафета. Практическое занятие №14 Совершенствование техники эстафетного бега. Практическое занятие №15 Кроссовая подготовка. Практическое занятие №16	ОК 01, ОК 2, ОК 3, ОК 04, ОК 8		

	Совершенствование техники бега. Практическое занятие №17 Бег на средние дистанции. Практическое занятие №18 Специальные беговые упражнения. Практическое занятие №19 Прыжковые упражнения. Практическое занятие №20 Совершенствование техники метания мяча. Практическое занятие №21. Составление и выполнение комплексов упражнений специальной физической подготовки.			
Раздел 3. Гимнастика Тема 3.1. Гимнастические упражнения.	Практическое занятие №22 Методика развития гибкости с использованием гимнастических упражнений. Практическое занятие №23 Инструктаж по технике безопасности на занятиях гимнастикой. Практическое занятие №24 Гимнастические упражнения: кувырок вперед, назад, стойка на голове, колесо – юноши.	ОК 01, ОК 2, ОК 3, ОК 04, ОК 8		
Тема 3.2. Подтягивание. акробатические упражнения.	Практическое занятие №26 Гимнастические упражнения для развития гибкости и силы. Практическое занятие №27 Подтягивание: юноши – на высокой перекладине, девушки – на низкой перекладине. Практическое занятие №28 Комплекс общеразвивающих гимнастических упражнений. Практическое занятие №29.	ОК 01, ОК 2, ОК 3, ОК 04, ОК 8		

	Акробатические упражнения.			
Тема 3.3. Упражнения физкультпаузы и физкультминутки.	Практическое занятие №30 Упражнения для коррекции осанки, зрения. Практическое занятие №31 Комплекс упражнений вводной и производственной гимнастики. Практическое занятие №32 Комплекс упражнений физкультпаузы и физкультминутки	ОК 01, ОК 2, ОК 3, , ОК 04, ОК 05, ОК 8		
Раздел 4. Баскетбол. Тема 4.1. Введение мяча, броски, учебная игра.	1 Инструктаж по технике безопасности. Практическое занятие №33. Броски в кольцо. Введения мяча правой и левой рукой. Остановка. Практическое занятие №34. Перехват мяча. Учебная игра в баскетбол. Практическое занятие №35. Методика развития ловкости и координации на занятиях по баскетболу. Практическое занятие №36. Учебная игра. Практическое занятие №37. Ведение мяча. Стойки игрока. Практическое занятие №38. Перемещения. Ловля и передача мяча. Практическое занятие №39. Броски. Учебная игра.	ОК 01, ОК 2, ОК 3, ОК 04, ОК 8		
Тема 4.2. Учебная игра в баскетбол, ведение мяча.	Практическое занятие №40. Ловля и передача мяча двумя руками и одной рукой на месте и в движении с пассивным сопротивлением. Практическое занятие №41. Ведение мяча в низкой средней и высокой стойке. Практическое занятие №42. Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача,	ОК 01, ОК 2, ОК 3, ОК 04, ОК 8		

	ведение, бросок. Практическое занятие №43. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях. Практическое занятие №44. Взаимодействие двух игроков в нападении и в защите через заслон через заслон. Практическое занятие №45 Учебная игра в баскетбол			
. Раздел 5. Волейбол Тема 5.1. Обучение технике волейбола, стойки и передвижения, повороты, остановки. Учебная игра.	Практическое занятие №46. Обучение технике волейбола.. Практическое занятие №47. Методика формирования умений и навыков при обучении технике волейбола. Практическое занятие №48. Учебная игра. Практическое занятие №49. Терминология и правила игры в волейбол. Практическое занятие №50. Стойки и передвижения, повороты, остановки. Практическое занятие №51. Поддача прием и передача мяча. Учебная игра. Практическое занятие №52. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений.. Практическое занятие №53. Поддача прием и передача мяча на месте индивидуально и в парах, после перемещения, в прыжке. Практическое занятие №54. Учебная игра.	ОК 01, ОК 2, ОК 3, , ОК 04, ОК 8		
Тема 5.2. Атакующие удары, тактика игры, прием и передача мяча	Практическое занятие №55. Учебная игра. Верхняя прямая и	ОК 01, ОК 2, ОК 3, , ОК 04, , ОК 8		

	нижняя подача мяча. Практическое занятие №56. Варианты нападающего удара через сетку с места и с разбега. Практическое занятие №57. Одиночный блок и вдвоем, страховка. Тактика игры. Практическое занятие №58. Атакующие удары по ходу из 4,3,2 с изменением траектории передач. Практическое занятие №59. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия. Учебная игра. Практическое занятие №60.. Прием и передача мяча. Атакующие удары. Практическое занятие №61. Тактика игры. Одиночный блок и вдвоем, страховка. Практическое занятие №62. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия . Практическое занятие №63. Учебная игра.			
Раздел 6. Футбол. Тема 6.1. Методика игры в футбол	1.Инструктаж по технике безопасности. Практическое занятие №64.Методика развития ловкости и выносливости на занятиях по футболу. Практическое занятие №65.Учебная игра.	ОК 01, ОК 2,ОК 3, ОК 04, ОК 8		
Тема 6.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка	Практическое занятие №66.Отработка техники передвижения с мячом, остановка мяча с последующим ударом по воротам. Практическое занятие №67.Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра. Практическое занятие №	ОК 01, ОК 2,ОК 3, ОК 04, ОК 8		

	68. Оработка пасащечкой в парах. Удар по мячу внутренней стороной стопы. Практическое занятие № 69. Изучение индивидуальных тактических действий в защите и нападении. Практическое занятие № 70. Оработка передач в движении. Двусторонняя учебная игра. Практическое занятие № 71. Ведение мяча с сопротивлением защитников. Практическое занятие № 72. Выбор позиции для удара. Практическое занятие № 73. Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков. Практическое занятие № 74. Двусторонняя учебная игра. Практическое занятие № 75. Ведение мяча, Учебная игра.			
--	--	--	--	--

2. Оценочные средства текущего контроля успеваемости и критерии оценки

Тестирование на основе контрольных нормативов

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
60м (сек)	8,3	8,7	9,3	9,4	10,1	11,1
100м (сек)	13,5	13,8	14,5	16,4	16,9	18,2
Прыжки со скакалкой на двух ногах за 1 мин (кол.повт).	130	120	110	120	110	100
Прыжок в длину с места (см)	235	225	215	184	174	164
Челночный бег 6 х 9м (сек)	13,8	14,3	14,8	15,8	16,8	17,8
Бег 500м девушки, 1000 м	3,45	4,15	4,45	2,20	2,35	2,50

юноши(мин.сек)						
Челночный бег 10 х 9м (сек)	26,5	27,0	28,0	27,5	28,0	30,0
Бег 2000м девушки , 3000м юноши (сек)	13,50	14,50	16,50	10,50	11,50	12,50
Тройной прыжок в длину с места (см)	630	615	600	570	550	530
Метание мяча 150г с разбега	55	45	35	45	35	25
Лазание по канату	техника			техника		
Акробатическое соединение из 3-4 элементов	техника			техника		
Подтягивание в висе на высокой перекладине (юноши) на низкой перекладине (девушки) (кол.повт.)	13	11	9	13	11	9
Подъем переворотом в упор на высокой перекладине (юноши) на низкой (девушки)	5	4	3	5	4	3
Поднимание ног в висе на гимнастической лестнице до угла 90 ⁰ (кол.повт.)	14	12	10	9	8	7
Баскетбол – броски мяча в кольцо из-под щита за 30 сек. (кол. резул. попаданий)	15	13	11	13	11	9
Баскетбол – передачи мяча тремя способами с ведением по площадке 20 м (сек)	31	33	35	35	37	39
Баскетбол – ведение мяча за пределами штрафной зоны, 2 шага бросок в кольцо за 1 мин. (кол. попаданий)	8	7	6	7	6	5
Баскетбол - штрафные броски (количество успешных попыток из 10)	6	5	4	5	4	3
Баскетбол – броски мяча в кольцо из-под щита за 1 мин. (кол. резул. попаданий)	30	26	22	26	22	18
Баскетбол – 3-очковые броски (количество успешных попыток из 10)	4	3	2	4	3	2
Верхняя передача мяча над собой (раз)	30	25	20	30	25	20
Нижняя передача мяча над собой (раз)	30	25	20	30	25	20
Верхняя передача мяча в парах через сетку (раз)	40	35	30	40	35	30

Подачи мяча (раз из 10 попыток)	8	7	6	7	6	5
Прием мяча в зону 3, передача в 2 или 4 зоны, нападающий удар	10	8	6	9	7	5
Прием мяча с передачей в зону 3 или 4 (раз)	10	8	6	9	7	5
Удар на дальность (м)	60	50	40	40	35	30
Удар на точность в ворота с 16,5 м (10 пр.ногой, 10 лев.ногой)	16-18	14-16	11-13	16-18	14-16	11-13
Точность передачи левой и правой ногой в движении, длина передачи 25 м.	1	1,5	2	1	1,5	2
Вбрасывание мяча с аута	25	20	15	20	15	10
Футбол – ведение мяча змейкой 15м, за кол-во сек	21	23	25	21	23	25

Критерии оценивания практических знаний

Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов для показа, выполнение упражнений, комбинированный метод, в том числе и в ходе учебной игры.

Уровень владения техникой упражнения:

К выполнению практических заданий по демонстрации двигательных умений и навыков допускаются обучающиеся, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

При оценивании уровня владения техникой физического упражнения выявляется способность обучающегося выполнять двигательные действия рациональным способом учетом применения полученных в ходе учебного процесса знаний.

Оценка	Критерии оценивания
Оценка 5 («отлично»)	движения или отдельные его элементы выполнены в соответствии с заданием правильно, без напряжения, уверенно, с соблюдением всех требований; обучающийся понимает сущность движения, может объяснить условия успешного выполнения и продемонстрировать в нестандартных условиях
Оценка 4 («хорошо»)	движения или отдельные его элементы выполнены в соответствии с заданием правильно, но с некоторым напряжением, недостаточно уверенно; в выполнении содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки
Оценка 3 («удовлетворительно»)	движения или отдельные его элементы выполнены в основном правильно, но недостаточно точно, с большим напряжением; в выполнении допущена одна грубая или несколько незначительных ошибок, приведших к скованности движений
Оценка 2 («неудовлетворительно»)	движения или отдельные его элементы выполнены неправильно; в выполнении допущены грубые ошибки

Уровень физической подготовленности

Контроль физической подготовленности обучающихся по развитию двигательных (физических) качеств осуществляется с учетом принадлежности обучающихся к разным медицинским группам и рекомендаций врача.

К выполнению учебных контрольных упражнений допускаются обучающиеся, не имеющие противопоказаний и ограничений по состоянию здоровья. При оценивании уровня физической подготовленности выявляются способности в проявлении физических качеств, приоритетным показателем которого является темп прироста результата. Задания преподавателя по улучшению показателей физической подготовленности (темпа прироста) должны представлять определенную трудность для обучающегося, но быть реально выполнимыми. Достижение положительных изменений в результатах при условии систематических занятий дает основание преподавателю для выставления положительной оценки. Для оценивания уровня физической подготовленности может использоваться метод практического контроля в форме тестирования.

Оценка	Критерии оценивания
Оценка 5 («отлично»)	уровень физической подготовленности обучающегося соответствуют высокому уровню развития двигательных качеств
Оценка 4 («хорошо»)	уровень физической подготовленности обучающегося соответствуют среднему уровню развития двигательных качеств и/или наблюдается темп прироста результата
Оценка 3 («удовлетворительно»)	уровень физической подготовленности обучающегося соответствуют низкому уровню развития двигательных качеств

При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание преподавателя по улучшению показателей физической подготовленности (темпа прироста) должны представлять определённую трудность для каждого обучающегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий даёт основание преподавателю для выставления высокой оценки.

Критерии оценивания компетенций

Оценка «отлично» ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка «хорошо» – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении

материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка «удовлетворительно» – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Оценка «неудовлетворительно» – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

3. Оценочные средства для промежуточной аттестации и критерии оценки (Не предусмотрены)

Общая оценка успеваемости складывается по всем темам программы путём сложения оценок, полученных обучающимся по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений, а также за выполнение рефератов.

Промежуточная аттестация в 3, 4, 5,6,7 семестрах в форме зачета, в 8 семестре – в форме дифференцированного зачета.