

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Комин Андрей Эдуардович

Должность: ректор

Дата подписания: 26.01.2024 16:29:53

Уникальный программный ключ:

f6c6d686f0c899fdf76a1ed8b448452ab8cac6fb1af6547b6d40cdf1bdc60ae2

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПРИМОРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНО-
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

ПРИНЯТО

На заседании Учёного совета
ФГБОУ ВО Приморский ГАТУ

Протокол №3

От 27.11.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ФГБОУ ВО Приморский ГАТУ

_____ А.Э. Комин

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

по специальности среднего профессионального образования
35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной
техники и оборудования
форма обучения – очная
БД.09

Уссурийск 2023

Фонд оценочных средств учебной дисциплины разработан в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования (СПО) по профессии техник-механик, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 14.04.2022 г. № 235 по специальности 35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования и учебным планом подготовки специалистов среднего звена, утвержденным ректором ФГБОУ ВО Приморский ГАТУ.

ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

- Личностных:

- российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

- готовность к служению Отечеству, его защите;

- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

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

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

- Метапредметных:

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

- 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.

- Предметных:

- 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);

- 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.

КОНТРОЛИРУЕМЫЕ РАЗДЕЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ

| Контролируемые разделы дисциплины | Оценочные средства |
|---|--|
| Раздел 1. Физическая культура и формирование жизненно важных умений и навыков | Тестовые и практические задания по разделу 1. Контрольные нормативы |
| Раздел 2. Формирование навыков здорового образа жизни средствами культуры. | Тестовые и практические задания по разделу 2. Контрольные нормативы |

КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

| Номер задания | Содержание вопроса | Правильный ответ | Время выполнения задания, мин |
|---|---|------------------|-------------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| <i>Задания закрытого типа с указанием одного варианта ответа</i> | | | |
| 1 | <p>Выберите правильный ответ</p> <p>Процесс обучения двигательному действию рекомендуется начинать с освоения...</p> <p>А) исходного положения Б) подводящих упражнений В) главного звена техники Г) основы техники</p> | Г | 2 |
| 2 | <p>Выберите правильный ответ</p> <p>Что является основным средством физического воспитания?</p> <p>А) естественные свойства природы Б) физическое упражнение В) соревновательная деятельность Г) санитарно-гигиенические факторы</p> | Б | 2 |
| 3 | <p>Выберите правильный ответ</p> <p>Для получения зачёта по физической культуре регулярность посещения занятий является обязательным условием?</p> <p>А) да Б) нет В) по желанию преподавателя Г) по возможностям</p> | А | 2 |
| 4 | <p>Выберите правильный ответ</p> <p>Реализация цели физического воспитания осуществляется через решение:</p> <p>А) оздоровительных, образовательных и воспитательных задач Б) просветительских задач В) психологических и философских задач Г) задач экономического развития</p> | А | 2 |

| | | | |
|--|---|-----------|---|
| 5 | <p>Выберите правильный ответ</p> <p>Смысл физической культуры как компонента культуры общества заключается в...</p> <p>А) укреплении здоровья и воспитании физических качеств людей</p> <p>Б) обучении двигательным действиям и повышении работоспособности</p> <p>В) создании специфических духовных ценностей</p> <p>Г) совершенствовании природных, физических свойств людей</p> | А | 2 |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | <p>Выберите правильный ответ</p> <p>Какая адаптация предполагает повышение уровня психической и интеллектуальной готовности студентов к вузовской специфике обучения?</p> <p>А) профессиональная адаптация</p> <p>Б) социально-психологическая адаптация</p> <p>В) дидактическая адаптация</p> <p>Г) все перечисленные виды адаптации</p> | Г | 2 |
| 7 | <p>Выберите правильный ответ</p> <p>От чего зависит гибкость?</p> <p>А) от подвижности мышц и связок</p> <p>Б) от размера ноги</p> <p>В) от массы тела</p> <p>Г) от выносливости</p> | А | 2 |
| 8 | <p>Выберите правильный ответ</p> <p>Каким способом можно увеличить гибкость перед выполнением упражнения?</p> <p>А) предварительной разминкой</p> <p>Б) кроссовой подготовкой</p> <p>В) принятием пищи перед тренировкой</p> <p>Г) упражнениями со штангой</p> | А | 2 |
| 9 | <p>Выберите правильный ответ</p> <p>Элементарная единица живой материи:</p> <p>а) ядро</p> <p>б) ткань</p> <p>в) клетка</p> <p>г) орган</p> | А | 2 |
| <i>Задания открытого типа с указанием правильного варианта ответа</i> | | | |
| 10 | <p>Вставьте пропущенное слово</p> <p>Временное снижение работоспособности принято называть</p> | утомление | 2 |
| 11 | <p>Вставьте пропущенное слово</p> <p>Приспособление организма к изменившимся условиям существования называется</p> | адаптация | 2 |

| | | | |
|----|--|-----------------------------|---|
| 12 | Вставьте пропущенное слово Реакции, совершающиеся в бескислородной среде называются ... | анаэробными | 2 |
| 13 | Вставьте пропущенные слова Количество воздуха, которое индивидуум способен выдохнуть после максимально глубокого вдоха называется..... | жизненная емкость легких | 2 |
| 14 | Вставьте пропущенное слово Положение занимающихся на согнутых ногах называется . . | присед | 2 |
| 15 | Вставьте пропущенное слово Состояние устойчивого положения тела в пространстве называется . . | равновесием | 2 |

| | | | |
|----|---|--------------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Вставьте пропущенное слово Способность контролировать свои эмоции, мысли и поведение – это | самоконтроль | 2 |
| 17 | Вставьте пропущенное слово Спортивный снаряд для перетягивания называется..... | канат | 2 |
| 18 | Вставьте пропущенное слово. «Передача мяча в игре называется....» | пас | 2 |

Задания открытого типа с указанием развернутого варианта ответа

| | | | |
|----|---|---|---|
| 19 | Дайте определение термина «физическая культура». | Физическая культура – часть общей культуры, направленная на укрепление и сохранение здоровья | 6 |
| 20 | Охарактеризуйте, в чём проявляется утомление при умственной работе | Умственное утомление проявляется в ослаблении внимания, вялости, сонливости. | 6 |
| 21 | Перечислите факторы, разрушающие здоровье. | Недостаточно подвижный образ жизни, нерегулярный сон, неправильное питание, ежедневные стрессы, вредные привычки (табакокурение, наркомания и употребление алкоголя). | 6 |

| | | | |
|----|--|--|---|
| 22 | Укажите, какое влияние на организм оказывает малоподвижный образ жизни | Малоподвижность ухудшает здоровье и увеличивает риск преждевременной смерти, способствует возникновению заболеваний, снижает работоспособность, приводит к возникновению избыточного веса, бессоннице и эмоциональной лабильности. | 6 |
| 23 | Сформулируйте, что такое выносливость | Способность человека выполнять работу в течение длительного времени без заметного снижения работоспособности. | 6 |
| 24 | Перечислите основные физические качества | Ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость | 6 |

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|---|--|---|
| 25 | Сформулируйте что такое врачебный контроль | Контроль в процессе физического воспитания направлен на изучение состояния здоровья, физического развития, физической (функциональной) подготовленности занимающихся и влияния на систему организма человека посредством физических упражнений | 6 |
| 26 | Объясните, какие виды спорта называют прикладными | Те виды, которые развивают, формируют профессионально-прикладные знания | 6 |
| 27 | Сформулируйте что такое физическое совершенство | Процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень развития индивидуальных физических | 6 |

| | | | |
|----|--|--|---|
| | | способностей. | |
| 28 | Сформулируйте что такое дееспособность | Способность человека не только выполнять определенные действия и деятельность, но и нести за них ответственность | 6 |
| 29 | Сформулируйте что такое сила | Способность человека преодолевать внешнее сопротивление посредством мышечных напряжений | 6 |
| 30 | Сформулируйте что такое рекреация | Отдых, необходимый для восстановления сил после трудовой деятельности | 6 |

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

Критерии оценки тестового задания формируются следующим образом:

- при проверке заданий закрытого типа с указанием одного варианта ответа выставляется **1 балл** за правильный ответ.

- при проверке заданий открытого типа с указанием правильного варианта ответа выставляется **2 балла** за правильный ответ; **0 баллов** за неверный ответ;

- при проверке задания открытого типа с указанием развернутого варианта ответа выставляется **3 балла** за правильный ответ; **2 балла** за правильный ответ с незначительными недочетами; **1 балл** за ответ, имеющий существенные недостатки, но при дополнении ответ может стать правильным; **0 баллов** за полностью неверный ответ.

- оценка «отлично» выставляется студенту, если набрано 100%-93% баллов;

- оценка «хорошо» - 92%-73% баллов;

- оценка «удовлетворительно» - 72%-56% баллов;

- оценка «неудовлетворительно» - менее 55% баллов.