

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Комин Андрей Эдуардович

Должность: ректор

Дата подписания: 25.01.2024 09:53:50

Уникальный программный ключ:

f6c6d686f0c899fdf76a1ed8b448452ab544f0e651b510c1fbb519ae2

**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 ноября 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ФГБОУ ВО
Приморский ГАТУ

_____ А.Э. Комин
27 ноября 2023 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

по специальности среднего профессионального образования

38.02.08 Торговое дело

форма обучения – очная

Уссурийск 2023

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (модуля) составлена на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.08 Торговое дело, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 19.07.2023 № 548 и учебного плана подготовки специалистов среднего звена, утвержденного ректором ФГБОУ ВО Приморский ГАТУ.

ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Результатом освоения программы учебной дисциплины является овладение обучающимися профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код компетенции	Содержательная часть компетенции
ОК 4	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;
ОК 6	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 8	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

КОНТРОЛИРУЕМЫЕ РАЗДЕЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Контролируемые разделы дисциплины	Код формируемой компетенции	Оценочные средства
Раздел 1. Спортивные игры	ОК 04, ОК 06, ОК 08	Тестовые и практические задания по разделу 1. Контрольные нормативы
Раздел 2. Силовая подготовка	ОК 04, ОК 06, ОК 08	Тестовые и практические задания по разделу 2. Контрольные нормативы
Раздел 3. Гимнастика	ОК 04, ОК 06, ОК 08	Тестовые и практические задания по разделу 1. Контрольные нормативы
Раздел 4. Легкая атлетика	ОК 04, ОК 06, ОК 08	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 style="text-align: center;">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 style="text-align: center;">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 style="text-align: center;">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 style="text-align: center;">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? 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
Задания открытого типа с указанием правильного варианта ответа			
10	<p>Вставьте пропущенное слово</p> <p>Временное снижение работоспособности принято называть</p>	утомление	2

11	Вставьте пропущенное слово Приспособление организма к изменившимся условиям существования называется	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
<i>Задания открытого типа с указанием развернутого варианта ответа</i>			
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 способностей.	6

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.