

Фонд оценочных средств
по программе общеобразовательной дисциплины
ОГСЭ. 04 Физическая культура
основной профессиональной образовательной программы
для всех специальностей базовой подготовки

I. Паспорт комплекта контрольно-измерительных материалов

1.1. Область применения

Комплект контрольно-измерительных материалов предназначен для проверки результатов освоения профессиональной дисциплины Физическая культура основной профессиональной образовательной программы для всех специальностей

Комплект контрольно-измерительных материалов позволяет оценивать:

1.1.1. Освоение умения и усвоенные знания:

Общие компетенции (ОК) Профессиональная компетенция (ПК)	Тема	Практический опыт (использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни)	Уметь	Знать	Формы и методы контроля и оценки	Оценочные средства
Формирование учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта	Физкультурно-спортивная деятельность средство укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	- приобщение к физкультурно-спортивной деятельности, обеспечивающий сохранение и укрепление здоровья; - самоопределение в выборе средств физической культуры, спорта и туризма; - приобретение личного опыта творческого использования средств физической культуры для достижения профессиональных успехов; - формирование установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание; - формирование потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	- о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека; - основы здорового образа жизни	Экспертное наблюдение и оценка умений студентов в ходе проведения методико - практических и учебно-тренировочных занятий, занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП, проверки ведения дневника индивидуальной физкультурно-спортивной деятельности студента. Экспертная оценка умений студентов при выполнении фрагмента учебно-тренировочного знаний и учебных нормативов на зачетах и дифференцированном зачете.	Текущий контроль зачёт, итоговая аттестация в форме дифференцированного зачёта.

1.2. Система контроля и оценки освоения программы учебной дисциплины

При оценивании освоения программы учебной дисциплины применяются следующие формы текущего контроля знаний: тестирование физической подготовки; выполнение контрольных упражнений и нормативов; защита рефератов; другие формы по усмотрению преподавателя.

Зачётные материалы составляются на основе рабочей программы учебной дисциплины и охватывает ее наиболее актуальные разделы и темы. Зачётные материалы разрабатываются преподавателями дисциплины, обсуждаются на заседаниях методических объединений (МО) и утверждаются заместителем директора по учебно-производственной работе не позднее, чем за месяц до начала промежуточной аттестации. При проведении зачета (З) уровень подготовки студентов фиксируется в зачетной книжке словом “зачет”. При проведении дифференцированного зачета (ДЗ), уровень подготовки студентов оценивается по пятибалльной системе. Возможны следующие формы зачета (З), дифференцированного зачета (ДЗ):

- выполнение практических заданий. К зачету (З), дифференцированному зачету (ДЗ) допускаются обучающиеся, полностью выполнившие все контрольные нормативы. Форма проведения промежуточной аттестации в начале соответствующего семестра доводится до сведения студентов. В период подготовки к дифференцированному зачету (ДЗ) могут проводиться консультации за счет общего бюджета времени, отведенного на консультации.

Дифференцированный зачет (ДЗ) принимается, преподавателем, который вел учебные занятия по данной дисциплине. Время на сдачу контрольных нормативов определяется формой промежуточной аттестации.

В критерии оценки уровня обучающихся входят:

- уровень освоения материала, предусмотренного учебной программой по дисциплине;
- умения использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- техника выполнения упражнений.

Уровень подготовки студента оценивается по пятибалльной системе.

Оценка, полученная на зачёте, заносится преподавателем в зачетную книжку (кроме неудовлетворительной) и экзаменационную ведомость (в том числе и неудовлетворительную). Зачётная оценка по дисциплине за данный семестр является определяющей независимо от полученных в семестре оценок текущего контроля по дисциплине. Итоговые оценки по учебной дисциплине, если проводились дифференцированные зачеты, могут определяться как среднее арифметическое годовой оценки, полученной по завершении изучения соответствующей дисциплины, и оценки, соответственно полученной на дифференцированном зачете. Итоговые оценки выставляются целыми числами в соответствии с правилами математического округления, но не ниже той оценки, которая получена на дифференцированном зачете.

В случае академической задолженности (несдаче зачета, дифференцированного зачета,) по завершении всех экзаменов студенту предоставляется возможность пересдачи, с целью повышения оценки допускается повторная сдача зачета, дифференцированного зачета. Условия пересдачи и повторной сдачи зачета, дифференцированного зачета определяются образовательным учреждением в соответствующих локальных актах.

Формы итоговой аттестации по ОПОП при освоении учебной дисциплины:

ОУД.00	Формы промежуточной аттестации
1	2
ОГСЭ.04 Физическая культура	Зачет, дифференцированный зачёт

**2. Комплект материалов для оценки
освоенных умений и усвоенных знаний
по учебной дисциплине ОГСЭ. 04 Физическая культура**

Контрольные нормативы для зачета

Бег 100м.
Бег 200м.
Бег 300м.
Бег 400м.
Бег 500м.
Бег 1000м.
Бег 3000м.
Бег 2000м.
Метание гранаты
Прыжки в длину с разбега
Прыжки в длину с места
Челночный бег (3x10м)
Бег 6кр. Бег 5кр.
Подтягивание Отжимание
Брюшной пресс 1 мин. Бег на лыжах

ПАКЕТ ЭКЗАМЕНАТОРА
Критерии оценки дифференцированного зачета

Вид		2 курс			3курс-4курс		
		3	4	5	3	4	5
Бег 100м.	Ю.	15,3	14,8	14,0	15,0	14,5	13,6
	Д.	18,0	17,4	16,6	17,8	17,0	16,2
Бег 200м.	Д.	39,0	37,5	35,5	38,0	37,0	35,0
Бег 300м.	Ю.	51,0	49,0	47,0	49,0	47,0	45,0
	Д.	63,0	59,0	57,0	62,0	57,0	55,0
Бег 400м.	Ю.	1,10	1,08	1,05	1,09	1,07	1,04
Бег 500м.	Ю.	1,37	1,32	1,28	1,32	1,28	1,25
	Д.	2,15	2,05	1,55	2,10	2,00	1,50
Бег 1000м.	Ю.	4,05	3,45	3,30	4,00	3,35	3,20
Бег 3000м.	Ю.	15,30	14,30	13,30	15,00	14,00	13,00
Бег 2000м.	Д.	12,00	11,30	11,00	11,30	11,00	10,30
	Ю. 700г.	29	31	33	32	34	36
Метание гранаты	Д. 500г.	12	17	19	14	18	21
	Ю.	380	400	420	400	420	440
Прыжки в длину с разбега	Д.	290	310	335	300	320	345
	Ю.	210	215	225	215	220	230
Прыжки в длину с места	Д.	145	165	170	150	170	180
	Ю.	120	125	130	125	130	135
Прыжки в высоту	Д.	105	110	115	105	110	115
	Ю.	7,7	7,4	7,2	7,6	7,5	7,1
Челночный бег (3x10м)	Д.	8,9	8,6	8,3	8,8	8,5	8,2
	Ю.	63	59	57	62	58	56
Бег 6кр.	Ю.	63	59	57	62	58	56
Бег 5кр.	Д.	61	57	54	60	56	53
Подтягивание	Ю.	7	9	11	8	10	12
Отжимание	Д.	7	9	11	8	10	12
Брюшной Пресс 1 мин.	Д.	25	30	35	27	32	37
Бег на лыжах	Ю. 5км.	32,00	29,00	27,00	30,00	27,00	25,00
	Д. 3км.	24,00	22,00	20,00	21,30	20,00	19,00