МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Казанский государственный аграрный университет»
(ФГБОУ ВО Казанский ГАУ)

Институт механизации и технического сервиса

Кафедра физического воспитания

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 009F6009FC37CC019368951F510A235A04
Владелец: Дмитриев Андрей Владимирович
Действителен: с 26.06.2024 до 19.09.2025

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебно-воспитательной работе и молодежной политике, доцент
_____ А.В. Дмитриев
«_16_» мая 2024 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (ПРАКТИКЕ)

«ОГСЭ.04 Физическая культура»
(Оценочные средства и методические материалы)

приложение к рабочей программе дисциплины

по специальности среднего профессионального образования

23.02.07 Техническое обслуживание и ремонт двигателей, систем и агрегатов автомобилей

Форма обучения
очная

Казань – 2024

Составитель:

ассистент	Кочнев Андрей Юрьевич
Должность, ученая степень, ученое звание	Ф.И.О.

Оценочные средства обсуждены и одобрены на заседании кафедры физического воспитания «22» апреля 2024 года (протокол № 8)

Заведующий кафедрой:

к. с.-х.н.	Мануров Ильгиз Минзагитович
Должность, ученая степень, ученое звание	Ф.И.О.

Рассмотрены и одобрены на заседании методической комиссии Института механизации и технического сервиса «24» апреля 2024 года (протокол № 8)

Председатель методической комиссии:

Доцент, к.т.н.	Зиннатуллина Алсу Наилевна
Должность, ученая степень, ученое звание	Ф.И.О.

Согласовано:

Директор	Медведев Владимир Михайлович
	Ф.И.О.

Протокол ученого совета института № 8 от ««25» апреля 2024 года

1 ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ С УКАЗАНИЕМ ЭТАПОВ ИХ ФОРМИРОВАНИЯВ ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

В результате освоения ОПОП СПО по направлению обучения 23.02.07 Техническое обслуживание и ремонт двигателей, систем и агрегатов автомобилей обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Физическая культура»:

:

Таблица 1.1 – Требования к результатам освоения дисциплины

Код индикатора достижения компетенции	Индикатор достижения компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ОК-08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;	**Умения:** использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности) **Знания:** роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности); средства профилактики перенапряжения

2. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ, ОПИСАНИЕ ШКАЛ ОЦЕНИВАНИЯ

Таблица 2.1 – Показатели и критерии определения уровня сформированности компетенций

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценка уровня сформированности			
		Неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
ОК-8 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	***1. Знать:*** средства физической культуры и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья.	Отсутствуют представления о средствах физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья	Неполные представления о средствах физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы в представлении о средствах физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья	Сформированные систематические представления о средствах физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья
	2. Уметь: использовать средства физкультурно-спортивной деятельности для укрепления здоровья.	Не умеет использовать средства физкультурно-спортивной деятельности для укрепления здоровья	В целом успешное, но не систематическое использование средств физкультурно-спортивной деятельности для укрепления здоровья	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы в использовании средств физкультурно-спортивной деятельности для укрепления здоровья	Сформированное умение использовать средства физкультурно-спортивной деятельности для укрепления здоровья

Описание шкалы оценивания

1. Оценка «неудовлетворительно» ставится обучающемуся, не овладевшему ни одним из элементов компетенции, т.е. обнаружившему существенные пробелы в знании основного программного материала по дисциплине, допустившему принципиальные ошибки при применении теоретических знаний, которые не позволяют ему продолжить обучение или приступить к практической деятельности без дополнительной подготовки по данной дисциплине.

2. Оценка «удовлетворительно» ставится обучающемуся, овладевшему элементами компетенции «знать», т.е. проявившему знания основного программного материала по дисциплине в объеме, необходимом для последующего обучения и предстоящей практической деятельности, знакомому с основной рекомендованной литературой, допустившему неточности в ответе на экзамене, но в основном обладающему необходимыми знаниями для их устранения при корректировке со стороны экзаменатора.

3. Оценка «хорошо» ставится обучающемуся, овладевшему элементами компетенции «знать» и «уметь», проявившему полное знание программного материала по дисциплине, освоившему основную рекомендованную литературу, обнаружившему стабильный характер знаний и умений и способному к их самостоятельному применению и обновлению в ходе последующего обучения и практической деятельности.

4. Оценка «отлично» ставится обучающемуся, овладевшему элементами компетенции «знать», «уметь», проявившему всесторонние и глубокие знания программного материала по дисциплине, освоившему основную и дополнительную литературу, обнаружившему творческие способности в понимании, изложении и практическом использовании усвоенных знаний.

5. Оценка «зачтено» соответствует критериям оценок от «отлично» до «удовлетворительно».

6. Оценка «не зачтено» соответствует критерию оценки «неудовлетворительно».

3 ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ИЛИ ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

3.1 Типовые контрольные задания

ОК-8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	
Задания закрытого типа	1. Что такое физическая культура? А) часть общей культуры Б) область социальной деятельности В) совокупность духовных и материальных ценностей Г) все
	2. Как следует рассматривать физическую культуру? А) как результат человеческой деятельности Б) как средство физического совершенствования личности В) как способ физического совершенствования личности Г) все
	3. Что является основным средством физической культуры? А) физические упражнения Б) двигательные умения и навыки В) жизненные силы Г) физическая подготовленность
	4. Что позволяет формировать целесообразная двигательная деятельность средствами физической культуры? А) физическую подготовленность Б) умения и навыки В) спортивные достижения Г) все
	5. Для кого могут быть получены результаты физической культуры как одного из видов культурной деятельности человека? А) для предпринимателей Б) для руководителей В) для общества и личности Г) для всех
	6. Что такое спорт? А) составная часть физической культуры Б) специальная подготовка человека к соревнованиям В) исторически сложившаяся в форме соревнований практика Г) все
	7. Что такое спорт в узком смысле слова? А) соревновательная деятельность и специальная подготовка к ней Б) ОФП В) специальная подготовка Г) разминка
	8. Что за время занятий спортом человек пытается расширить? А) кругозор Б) умственную работоспособность В) границы своих функциональных возможностей Г) все
	9. Можно ли спорт рассматривать как одно из средств? А) воспитания личности Б) самовоспитания личности В) все
	10. Чем являются занятия спортом для некоторой категории людей?

	А) физической потребностью Б) духовной необходимостью В) средством к существованию Г) все
	11. Что является составляющей физической культуры? А) биологический процесс Б) физическое воспитание В) индивидуальное развитие личности Г) все
	12. Чем является физическое воспитание? А) частью физической культуры Б) частью биологического процесса В) частью индивидуального развития личности Г) частью общего воспитания
	13. Физическое воспитание – это А) педагогический процесс Б) биологический процесс В) индивидуальный процесс Г) физическое развитие
	14. Что происходит в результате физического воспитания? А) развитие двигательных способностей Б) формирование физических качеств личности В) формирование психических и морально-эстетических качеств личности Г) все
	15. Что является базой для физического воспитания? А) двигательная активность Б) знания В) умения и навыки Г) все
	16. На основе чего происходит развитие двигательных способностей в процессе физического воспитания? А) двигательных умений Б) двигательных навыков В) двигательных задатков Г) всего
	17. Где осуществляется физическое воспитание студентов? А) на занятиях по дисциплине «Физическая культура» Б) самостоятельно В) на всех занятиях
	18. Что такое физическое совершенствование? А) это исторически обусловленный процесс физического развития Б) это исторически обусловленный процесс физической подготовки людей В) все
	19. Что такое физическое развитие? А) процесс изменения естественных морфофункциональных свойств организма в онтогенезе Б) процесс изменения естественных морфофункциональных свойств организма в пренатальном онтогенезе В) процесс изменения естественных морфофункциональных свойств организма в постнатальном онтогенезе Г) все
	20. Что такое онтогенез? А) постоянство внутренней среды организма Б) индивидуальное развитие особи с момента зарождения клетки до смерти

	В) расширение полостей сердца
	21. Что такое морфологические признаки? А) совокупность изменений антропометрических показателей Б) совокупность изменений соматометрических признаков В) совокупность изменений показателей физического развития Г) все
	22. Относятся ли длина и масса тела к морфологическим показателям А) да Б) нет В) длина относится Г) масса относится
	23. Что относится к антропометрическим показателям? А) ЧСС Б) ЧД В) окружность грудной клетки Г) АД
Задания открытого типа	1. Основные причины травматизма во время занятий физической культурой.
	2. Основные требования по обеспечению безопасности при проведении соревнований по баскетболу, волейболу, футболу.
	3. Основные требования безопасности во время занятий по лёгкой атлетике.
	4. Меры безопасности при проведении занятий по лыжной подготовке
	5. Какие требования безопасности необходимо соблюдать перед началом и во время занятий в тренажёрном зале?
	6. В чём заключается особенность построения и содержания самостоятельных занятий по общей физической подготовке?
	7. Ваши действия по оказанию первой помощи при травмах во время занятий физическими упражнениями.

3.2 Типовые вопросы и задания

ОК-8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

1. Как называется период ускоренного роста и развития у ребенка?
А) ретардация;
б) акселерация;
в) и то, и другое.
2. Как называется период замедленного роста и развития у ребенка?
А) ретардация;
б) акселерация;
в) и то, и другое.
3. Что такое гомеостаз?
А) увеличение размеров сердца;
б) повышенное артериальное давление;
в) постоянство внутренней среды организма.
4.Благодаря чему поддерживается постоянство физико-химического состава внутренней среды организма?
А) саморегуляции обмена веществ и выделения;
б) саморегуляции кровообращения и дыхания;
в) и тем, и другим.
5. Что такое организм?
А) сложная биологическая система;
б) постоянство внутренней среды;
в) совокупность систем и органов.
6. Что такое брадикардия?
А) когда ЧСС > 60 уд/мин;

б) когда ЧСС < 60 уд/мин;
в) когда ЧСС в пределах 60 – 80 уд/мин.
7. Что такое тахикардия?
А) когда ЧСС > 90 уд/мин;
б) когда ЧСС < 90 уд/мин;
в) когда ЧСС в пределах 60 – 80 уд/мин.

1. Значение физической культуры для жизнедеятельности человека.
2. Физическая культура и спорт в высших учебных заведениях.
3. Спорт как часть физической культуры.
4. Физическое совершенство личности.
5. Физическое воспитание студентов.
6. Физическое развитие и его значение для занятий спортом.
7. Функциональная подготовка и ее значение для студента.
8. Профессиональная направленность физического воспитания.
9. Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система организма.
10. Влияние занятий физическими упражнениями и спортом на сердечно-сосудистую систему.
11. Влияние занятий физическими упражнениями и спортом на дыхательную систему.
12. Влияние занятий физическими упражнениями и спортом на опорно-двигательный аппарат.
13. Влияние занятий физическими упражнениями и спортом на организм занимающегося.
14. Возрастные изменения в организме студента при занятиях спортом.
15. Здоровый образ жизни студента.
16. Занятия спортом как одна из составляющих здорового образа жизни студента.
17. Закаливание как составляющая здорового образа жизни.
18. Вредные привычки и их влияние на организм студента.
19. Искоренение вредных привычек как залог успешной профессиональной деятельности.
20. Здоровое долголетие как важный фактор успешной профессиональной деятельности.
21. Здоровый стиль жизни студента как важный фактор успешной интеллектуальной деятельности.
22. Стресс и его причины во время учебной деятельности.
23. Психофизиологические основы интеллектуального труда.

Зачетные требования для студентов

1. **Игровые виды.**

Баскетбол:

- Штрафные броски (девушки из 10/5, юноши из10/6).
- Броски мяча с 5 точек (девушки из 10/4, юноши из10/5).
- Ведение мяча с обводкой фишек с учетом времени и правильности выполнения (девушки 15,00с.; 16,00 с.; 17,00с.; юноши 13,00 с.; 14,00с.; 15,00с.).
- Броски с 2-х точек в течение 1 мин (девушки 10, 9, 8 очков, юноши 12, 11, 10 очков).
- Ведение мяча, два шага, бросок в течение 1 мин. (девушки 6, 5, 4 попадания, юноши 7, 6, 5 попаданий).

Волейбол:

- Передачи мяча сверху и снизу (девушки 12, 10, 8 раз, юноши 15, 12, 10 раз).
- Прием и передача мяча в парах (девушки 15, 12, 10 раз, юноши 20, 16, 13 раз).
- Подачи мяча (девушки 5, 4, 3 раза, юноши 6, 5, 4 раза).
- Попадание мячом в баскетбольное кольцо (девушки 4, 3, 2 раза, юноши 5, 4, 3 раза).

2. **Легкая атлетика и лыжная подготовка.**

Легкая атлетика**:**

На первом курсе:

- Бег на 100 метров (девушки 15,5с.; 16,2с.; 17,0с., юноши 13,5с.; 14,2с.; 15.0с.).
- Кросс: Девушки 1000 метров (4,10мин.; 4,40мин.; 5,20мин.).
  Юноши 2000 метров (7,00мин.; 7,30мин; 8.00мин.).

На втором и третьем курсе:

- Бег на 100 метров (девушки 15,5с.; 16,2с.; 17,0с., юноши 13,5с.; 14,2с.; 15.0с.).
- Кросс: Девушки 2000 метров (8,30 мин.; 9,15 мин.; 10,00мин.).
  Юноши 3000 метров (13,00 мин.; 14,00 мин.; 15,00мин.).

Лыжная подготовка:
На первом курсе:
▪Прохождение лыжной трассы без учета времени (юноши 5км., девушки 3 км.).
На втором и третьем курсе:
▪Прохождение лыжной трассы без учета времени (юноши 5км., девушки 3 км.).

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Рейтинговая оценка деятельности обучающегося является интегральным показателем качества практических знаний и навыков студентов по курсу дисциплины «Физическая культура» и складывается из следующих компонентов:
1) Выполнение контрольных нормативов для стартового контроля.
2) Посещение и работа на практических занятиях.
3) Промежуточное тестирование ОФП, СФП, предусмотренное рабочей программой дисциплины.
4) Индивидуальный (дополнительный) рейтинг.
5) Выполнение итоговых контрольных нормативов по ОФП, СФП, ППФП и ГТО.
Суммарный (итоговый) рейтинг, необходимый для получения зачета составляет 51-100 баллов. Он вычисляется по окончании семестра и определяется как сумма баллов, набранных обучающимся по всем практическим занятиям и контрольным. Положение о рейтинговой системе оценки обучающиеся получают в начале 1 семестра (на первом занятии). Все контрольные мероприятия должны выполняться в сроки, предусмотренные планом-графиком, при этом преподаватель оценивает работу каждого обучающегося соответствующим количеством баллов, зависящим от объема, качества выполненной работы и максимальной оценкой данного этапа. Обучающийся, пропустивший контрольные мероприятия, получает за него 0 баллов и имеет право на его повторное выполнение в течение семестра по графику, определенному кафедрой. Условием допуска к контрольным упражнениям является регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая физиологически и методически оправданное повышение функциональной и двигательной подготовленности. Обучающиеся, не отработавшие пропущенные занятия, к сдаче зачета не допускаются. Обучающиеся, полностью освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья, оцениваются в конце семестра по результатам устного опроса и тематических рефератов по видам спорта, с выставлением рейтингового балла.

Процент результативности (правильных ответов)	**Оценка уровня подготовки**	
	балл (отметка)	**вербальный аналог**
86÷100	5	отлично
68÷85	4	хорошо
51÷67	3	удовлетворительно
менее 50	2	неудовлетворительно