

ВОЛЖСКИЙ ФИЛИАЛ
федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«ВОЛГОГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Университетский колледж

Фонд оценочных средств
по общеобразовательной дисциплине

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Волжский 2023 г.

Название документа: Фонд оценочных средств по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство	
Разработчик: Магомедов С.К., преподаватель УК	Стр. 8 из 8
Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи	

Составлено
в соответствии с требованиями
к результатам освоения
образовательной программы –
программы подготовки
специалистов среднего звена
по специальности **21.02.19**
Землеустройство



Рекомендовано
Педагогическим советом
УК ВФ ВолГУ
протокол № 4
от « 28 » 08 2023 г.

Организация-разработчик: ВФ ВолГУ.

Разработчик: **С.К. Магомедов** – преподаватель Университетского колледжа.

Название документа: Фонд оценочных средств по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

Разработчик: Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр. 8 из 8

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Результатом освоения общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» являются умения и усвоенные знания, направленные на формирование общих компетенций.

Форма промежуточной аттестации – зачет (1 семестр), дифференцированный зачет (2 семестр).

РАЗДЕЛ 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<p>В части трудового воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; - готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; - интерес к различным сферам профессиональной деятельности, <p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>а) базовые логические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне; - устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения; - определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения; - выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях; - вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности; - развивать креативное мышление при решении жизненных проблем <p>б) базовые исследовательские действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть навыками учебно-исследовательской и проектной 	<p>Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <p>Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;</p>

Название документа: Фонд оценочных средств по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

Разработчик: Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр. 8 из 8

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
	<p>деятельности, навыками разрешения проблем;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения; - анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях; - уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности; - уметь интегрировать знания из разных предметных областей; - выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; - способность их использования в познавательной и социальной практике 	
<p>ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p>	<ul style="list-style-type: none"> - готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности; Овладение универсальными коммуникативными действиями: б) совместная деятельность: <ul style="list-style-type: none"> - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы; - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; - осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных 	<p>Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <p>Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере</p>

Название документа: Фонд оценочных средств по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

Разработчик: Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр. 8 из 8

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
	<p>ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным</p> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>г) принятие себя и других людей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности; - признавать свое право и право других людей на ошибки; - развивать способность понимать мир с позиции другого человека 	
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	<p>готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</p> <p>наличие мотивации к обучению и личностному развитию;</p> <p>В части физического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью; - потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; - активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью; <p>Овладения универсальными регулятивными действиями:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно составлять план решения проблемы с учётом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; - давать оценку новым ситуациям; - расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений; - делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение; - оценивать приобретённый опыт; - способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний; - постоянно повышать свой 	<p>Умение 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);</p> <p>Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</p> <p>Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики</p>

Название документа: Фонд оценочных средств по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

Разработчик: Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр. 8 из 8

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
	образовательный и культурный уровень;	переутомления и сохранения высокой работоспособности; Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере; Положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости)

3. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Типы оценочных мероприятий

Тема	Компетенции	Результат обучения	Типы оценочных мероприятий
Раздел 1. Легкая атлетика			
Тема 1.1. Бег на короткие дистанции	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой бега на короткие дистанции	Контрольный норматив – бег 60 м.
Тема 1.2. Бег на средние дистанции и длинные дистанции	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой бега на средние и длинные дистанции	Контрольный норматив – бег 500/1000 м.
Тема 1.3 Прыжок в длину с места	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой прыжка в длину	Контрольный норматив – прыжок в длину
Раздел 2. Спортивные игры. Волейбол.			
Тема 2.1. Техника стоек и перемещений волейболиста	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой перемещения волейболиста	Демонстрация стоек и перемещений
Тема 2.2. Верхняя и нижняя передача в/б мяча в парах	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой верхних и нижних передач	Контрольный норматив – передача в парах

Название документа: Фонд оценочных средств по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

Разработчик: Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр. 8 из 8

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

Тема 2.3. Подача в/б мяча	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой подачи	Контрольный норматив - подача
Раздел 3. ОФП			
Тема 3.1. Поднимание туловища, лежа на спине за 1 мин.	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение правильным дыханием	Контрольный норматив – верхний пресс
Тема 3.2. Сгибание, разгибание рук в упоре лежа.	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Сохранение положения тела	Контрольный норматив – отжимание
Тема 3.3. Поднимание прямых ног, лежа на спине.	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение правильным дыханием	Контрольный норматив – нижний пресс
Тема 3.4. Прыжки через скакалку, за 30сек, 40 сек., 1мин.	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой прыжков через скакалку	Контрольный норматив – прыжки через скакалку
Тема 3.5. Сгибание рук в висе на перекладине.	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Сохранение положения тела	Контрольный норматив – подтягивание
Тема 3.6. Наклон вниз «Гибкость»	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение правильным дыханием	Контрольный норматив – гибкость
Раздел 4. Спортивные игры. Баскетбол			
Тема 4.1. Комбинированное упражнение.	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой передвижения, ведения и бросков мяча	Контрольный норматив – Комбинированное упражнение
Тема 4.2. Штрафной бросок	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой штрафного броска	Контрольный норматив – штрафной бросок

3.2 Комплект оценочных материалов

Задания для оценки сформированности компетенций ОК 01, ОК 04, ОК 08

ТЕСТ 1.

1. Какой из перечисленных видов не является легкоатлетическим?

1. эстафетный бег
2. фристайл
3. метание копья
4. марафонский бег

2. Сколько этапов эстафеты имеет право бежать каждый участник эстафетного бега?

1. только один
2. не больше трех

Название документа: Фонд оценочных средств по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство	
Разработчик: Магомедов С.К., преподаватель УК	Стр. 8 из 8
Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи	

3. не больше двух
 4. не имеет значения
- 3. Сколько попыток дается каждому участнику соревнований по прыжкам в длину?**
1. одна
 2. две
 3. три
 4. четыре
- 4. Какой вид легкой атлетики может быть «гладким», «с препятствиями», «эстафетным», «по пересеченной местности»?**
1. бег
 2. прыжки в длину
 3. прыжки в высоту
 4. метание молота
- 5. СПРИНТ – это...?**
1. бег на длинные дистанции
 2. бег на короткие дистанции
 3. метание мяча
- 6. Какие способности развивает челночный бег?**
1. силовые
 2. скоростные
 3. скоростно-силовые
 4. координационные
- 7. Какие беговые дистанции не входят в программу Олимпийских игр?**
1. 100, 200 м.
 2. 400, 800 м.
 3. 1500, 3000 м.
 4. 500, 1000 м.
- 8. Какие существуют виды бега:**
1. барьерный, на время, эстафетный, кроссовый, гладкий
 2. гладкий, кроссовый, с препятствиями, эстафетный
 3. гладкий, в естественных условиях, с препятствиями, эстафетный
 4. барьерный, кроссовый, эстафетный
- 9. Бег на короткие дистанции развивает:**
1. выносливость;
 2. прыгучесть;
 3. координацию;
 4. быстроту.
- 10. Стартовыми являются следующие команды:**
1. «На старт!», «Внимание!», «Марш!»;
 2. «Приготовились!», «Начали!»;
 3. «Внимание!», «Пошёл!».

ТЕСТ 2.

1. Волейбол играют на площадке размером:

1. 24 x 12 м
2. 18 x 9 м
3. 16 x 9 м

2. Какие действия при розыгрыше мяча являются не ошибочными?

1. касание мячом сетки

2. заступ игрока задней линии трехметровой линии при атаке
3. двойное касание мяча
- 3. Во время игры на площадке 18x9м находятся:**
 1. двенадцать игроков
 2. шесть игроков
 3. десять игроков
- 4. Прямой нападающий удар применяется для:**
 1. передачи мяча
 2. нападения
 3. защиты
- 5. Игрок какой зоны вводит мяч в игру?**
 1. первой
 2. шестой
 3. не имеет значения
- 6. Ошибкой при выполнении нападающего удара является:**
 1. касание мячом сетки
 2. удар одной рукой
 3. касание рукой сетки
- 7. Переход из одной зоны в другую выполняется:**
 1. произвольно
 2. против часовой стрелки
 3. по часовой стрелке
- 8. Слово "волейбол" означает:**
 1. "летающий мяч"
 2. "игра с мячом через сетку"
 3. "игра в мяч"
- 9. Какое из физических качеств при чрезмерном развитии отрицательно влияет на гибкость?**
 1. выносливость;
 2. сила;
 3. быстрота;
 4. координационные способности.
- 10. К скоростно-силовым упражнениям относятся:**
 1. отжимания;
 2. подтягивания;
 3. прыжки в длину;
 4. вис на перекладине.

ТЕСТ 3.

1. К показателям физической подготовленности относятся:

1. вес, рост;
2. артериальное давление и ЧСС;
3. время задержки дыхания;
4. сила, выносливость, скорость.

2. Укажите, что не относится к методическим принципам физического воспитания:

1. систематичность;
2. сила воли и смелость;
3. сознательность и активность;

Название документа: Фонд оценочных средств по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство
--

Разработчик: Магомедов С.К., преподаватель УК
--

Стр. 8 из 8

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи
--

4. доступность и индивидуализация.
- 3. Виды спорта, развивающие преимущественно общую выносливость это:**
 1. керлинг;
 2. лыжные гонки;
 3. стрельба;
 4. плавание.
- 4. Какие упражнения развивают силу?**
 1. бег с соревновательной скоростью;
 2. подтягивания;
 3. марафонский бег;
 4. прыжки через скакалку.
- 5. Технику передвижений в баскетболе составляют:**
 1. ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты
 2. бег, прыжки, передачи мяча, бросок мяча
 3. бег, ведение, остановки, передачи мяча, повороты
- 6. Техника владения мячом включает в себя следующие приемы:**
 1. ловлю, остановки, повороты, ведение мяча
 2. передачи мяча, броски в корзину, ловлю, остановки, повороты
 3. ловлю, передачи, ведение мяча, броски в корзину
- 7. Что такое "дриблинг"?**
 1. бросок мяча
 2. ведение мяча
 3. нарушение правил выбрасывания мяча в игру
 4. штрафной бросок
- 8. Размеры баскетбольной площадки (м):**
 1. 26×14;
 2. 28×15;
 3. 30×16.
- 9. Ширина линий разметки баскетбольной площадки (см):**
 1. 5;
 2. 6;
 3. 8.
- 10. Назовите из предложенного списка неправильно названные физические качества (несколько ответов):**
 1. стойкость;
 2. гибкость;
 3. ловкость;
 4. бодрость.

Ключи к заданиям для оценки сформированности компетенции ОК 01, ОК 04, ОК 08

ТЕСТ 1.

- 1.-2;
- 2.-1;
- 3.-3;
- 4.-1;

Название документа: Фонд оценочных средств по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство
--

Разработчик: Магомедов С.К., преподаватель УК
--

Стр. 8 из 8

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи
--

5.-2;
6.-3;
7.-4;
8.-4;
9.-4;
10.-1

ТЕСТ 2.

1.-2;
2.-1;
3.-1;
4.-2;
5.-1;
6.-3;
7.-2;
8.-1;
9.-2;
10.-3.

ТЕСТ 3.

1.-4;
2.-2;
3.-2,4;
4.-2;
5.-1;
6.-3;
7.-2;
8.-2;
9.-1;
10.-1,4.

Итоговая оценка по дисциплине выставляется, исходя из суммы баллов, полученных студентом в течение семестра при различных формах контроля, а также баллов, полученных за выполнение работы на дифференцированном зачете. Обучающийся, набравший по результатам текущего контроля 60 и более баллов, получает отметку по дисциплине:

91 – 100 баллов – «отлично»

71 – 90 баллов – «хорошо»

60 – 70 баллов – «удовлетворительно»

Обучающемуся, набравшему в ходе аттестации менее 60 баллов, выставляется оценка «не удовлетворительно» или «не зачтено».