

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ВГУ»)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой физического
воспитания и спорта



А.А. Беланов
30.06.2023 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА**

БД.08 Физическая культура

09.02.07 Информационные системы и программирование

технический

специалист по информационным системам

очная

Учебный год: 2023-2024

Семестр(ы): 1,2

Рекомендована: заседанием НМС кафедры физического воспитания и спорта
протокол от 30.06.2023 № 2511-12

Составитель ФОС: Беланов Александр Элдарович, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта, канд. пед. наук, доцент

2023 г.

ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Физическая культура

Фонд оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО) и в соответствии с рабочей программой общеобразовательной учебной дисциплины БД.05 Физическая культура.

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.

ФОС разработаны на основании положений:

1. Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности, текущей, промежуточной и итоговой аттестации по основным профессиональным образовательным программам среднего профессионального образования в Воронежском государственном университете.

2. Положение о формировании фонда оценочных средств для аттестации обучающихся по образовательным программам среднего профессионального образования Воронежского государственного университета.

1. Цели и задачи общеобразовательной учебной дисциплины – требования к результатам освоения:

Содержание программы учебной дисциплины Физическая культура на достижение следующих **целей**:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений, и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями⁵
- приобретение основ теоретических и методических знаний по физической культуре и спорту, самостоятельное использование их средств, форм и методов;
- формирование осознанной потребности к физическому самосовершенствованию, здоровому образу жизни.

В результате освоения дисциплины студент должен **уметь**:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для сохранения и укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения дисциплины студент должен **знать**:

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

2. Условия аттестации: текущий контроль проводится в виде приема контрольных нормативов, определяющих уровень развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости, предусматривает использование накопительной системы оценивания; промежуточная аттестация 1 проводится в конце первого семестра в форме зачета по

результатам текущего контроля, промежуточная аттестация 2 проводится в конце второго семестра по завершению освоения учебного материала подгруппе не более 15 чел.

Время аттестации:

Разминка 15 мин.;

выполнение 1 час 15 мин.;

всего 1 час 30 мин.

3. Программа оценивания контролируемых результатов освоения учебной дисциплины:

Текущий контроль	Контролируемые разделы (темы) дисциплины и их наименование	Наименование оценочного средства
1	Тема 1.1 Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Комплексы упражнений Фронтальный опрос
2	Тема 1.2 Легкая атлетика. Кроссовая подготовка.	Комплексы упражнений
3	Тема 2.1 Основы здорового образа жизни	Комплексы упражнений Фронтальный опрос
4	Тема 2.2 Гимнастика с элементами акробатики	Комплексы упражнений Тесты определения физической подготовленности
Промежуточная аттестация 1		зачет
1	Тема 3.1 Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Комплексы упражнений Фронтальный опрос
2	Тема 3.2 Лыжные гонки	Комплексы упражнений
3	Тема 4.1 Специальная физическая подготовка к игре в баскетбол	Комплексы упражнений
4	Тема 4.2 Техническая подготовка к игре в баскетбол	Комплексы упражнений

5	Тема 4.3 Тактическая подготовка к игре в баскетбол	Комплексы упражнений
Промежуточная аттестация 2		Дифференцированный зачет

Комплексы упражнений

Первый семестр

Комплексы упражнений (девушки)

№ п/п	Контрольные упражнения	Оценка	
		Зачтено	Не зачтено
1.	Бег на 100 м (сек.)	18.0 и меньше	18.1 и больше
2.	Бег на 2000 м (мин., сек)	без учета времени	сошла с дистанции
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	160 и больше	159 и меньше

Комплексы упражнений (юноши)

№ п/п	Контрольные упражнения	Оценка	
		Зачтено	Не зачтено
1.	Бег на 100 м (сек.)	14.8 и меньше	14.9 и больше
2.	Бег на 3000 м (мин., сек)	без учета времени	сошел с дистанции
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	190 и больше	189 и меньше

Комплексы упражнений (девушки)

№ п/п	Контрольные упражнения	Оценка	
		Зачтено	Не зачтено
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	8 и больше	7 и меньше
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	8 и больше	7 и меньше
2.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	20 и больше	19 и меньше
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+8 и больше	+7 и меньше

Комплексы упражнений (юноши)

№ п/п	Контрольные упражнения	Оценка	
		Зачтено	Не зачтено
1.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	7 и больше	6 и меньше
	или рывок гири 16 кг (кол-во раз)	14 и больше	13 и меньше
2.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	30 и больше	29 и меньше
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+6 и больше	+5 и меньше

Второй семестр

Комплексы упражнений (девушки)

№ п/п	Контрольные упражнения	Оценка	
		Зачтено	Не зачтено
1.	Бег на лыжах на 3 км	19.10 и меньше	сошла с дистанции
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	10 и больше	9 и меньше
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	10 и больше	9 и меньше
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	25 и больше	24 и меньше

Комплексы упражнений (юноши)

№ п/п	Контрольные упражнения	Оценка	
		Зачтено	Не зачтено
1.	Бег на лыжах на 5 км	25.50 и меньше	сошел с дистанции
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	7 и больше	6 и меньше
	или рывок гири 16 кг (кол-во раз)	15 и больше	14 и меньше
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	35 и больше	34 и меньше

Комплекс упражнений для определения специальной подготовленности по баскетболу

№ п/п	Контрольные упражнения	Нормативы	
		юноши	девушки
1.	Челночный бег 6х20 м (сек.)	24	30
2.	Прыжки с ноги на ногу на дистанции 6 м (кол-во раз)	8	19
3.	Десять штрафных бросков (кол-во попаданий)	7	7
4.	Ведение мяча от лицевой линии до щита	+	+
5.	Ведение мяча до центральной линии и обратно, бросок левой (два попадания за кол-во сек.)	15	18
6.	Девять бросков с трех точек с расстояния 6 м (кол-во попаданий)	4	3
7.	Участие в соревнованиях	8 игр	8 игр
8.	Судейство 4 игр (2 – в поле; 2 – секретарем)	+	+

Промежуточная аттестация №1

Проводится в виде зачета по результатам первого семестра. Используется накопительная система оценивания по результатам текущего контроля в семестре.

Критерии оценивания:

– оценка «зачтено» выставляется обучающемуся, если выполнены контрольные упражнения;

– оценка «не зачтено» выставляется обучающемуся, если не выполнены контрольные упражнения.

Промежуточная аттестация №2

Проводится в виде дифференцированного зачета в конце второго семестра. Используется накопительная система оценивания по результатам текущего контроля в семестре.

Критерии оценивания:

- оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если выполнено 80% и более контрольных нормативов;
- оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если выполнено 65-80% контрольных нормативов;
- оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если выполнено 50-65% контрольных нормативов;
- оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если выполнено менее 50% контрольных нормативов.