Министерство образования Московской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Московской области
«Сергиево-Посадский колледж»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для оценки результатов освоения

учебной дисциплины **Физическая культура**

по специальности СПО

43.02.10 «Туризм»

2019

I. Паспорт фонда оценочных средств

1.1. Комплект контрольно-оценочных средств предназначен для оценки результатов освоения__учебной дисциплины __Физическая культура __

В результате оценки осуществляется проверка следующих объектов:

Таблица 1

Объекты оценивания.	**Показатели**	**Критерии**	**Тип задания; № задания**	**Форма промежуточной аттестации (в соответствии с учебным планом)**
В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь: В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь: -использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать: - о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека; - основы здорового образа жизни. Обучающийся должен обладать общими	Демонстрация знаний в вопросах физической культуры с точки зрения выполнения физкультурных упражнений и роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; Интерпретация физкультурной деятельности как средства оздоровления и здорового образа жизни;	Соответствие планируемой деятельности предложенному алгоритму: -обоснование выполняемого упражнения, в том числе с точки зрения сохранения здоровья; - показ правильного выполнения упражнения; -контроль и оценка правильности выполнения предложенного для выполнения упражнения.	Практическое задание «Роль»	**Зечет-3,4,5,6,7, Диф.зачет-8**

компетенциями, включающими в себя способность: ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 6. Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.				

1.2. Организация контроля и оценивания

Форма промежуточной аттестации	Организация контроля и оценивания
Диф. зачет	Практическое задание

1.3. Материально-техническое обеспечение контрольно-оценочных мероприятий.

Контрольно-оценочные мероприятия требуют наличие спортивного зала;
Оборудование спортивного зала: мячи: волейбольные, баскетбольные, футбольные, мячи для метаний, скакалки, гимнастические маты, обручи.
Технические средства обучения: компьютер, видеомагнитофон, музыкальный центр, секундомер

2. Комплект оценочных средств.

2.1. Комплект материалов для оценки сформированности общих компетенций, освоения умений и усвоения знаний по дисциплине

Текст задания:

Часть А. Провести этап урока по физической культуре (или тренировочного занятия), согласно алгоритма.

Условия выполнения задания

1. Выполнение задания предусмотрено на зачетном уроке.
2. Максимальное время выполнения задания: 45 мин.
3.Разрешается использование методической литературы.

2.2. Пакет экзаменатора

ПАКЕТ ЭКЗАМЕНАТОРА		
Практическое задание №1-26. Часть А Провести этап урока по физической культуре (или тренировочного занятия), согласно данного алгоритма. Часть Б (ответ на теоретические вопросы) см. Приложение 1. **Текст задания:** Провести этап урока по физической культуре (или тренировочного занятия), согласно данного алгоритма.		
Результаты освоения (объекты оценки)	**Критерии оценки результата**	**Отметка о выполнении**
В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь: -использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать: - о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека; - основы здорового образа жизни. Обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность: ОК2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач,	Соответствие планируемой деятельности предложенному алгоритму: -обоснование выполняемого упражнения, в том числе с точки зрения сохранения здоровья; - показ правильного выполнения упражнения; -контроль и оценка правильности выполнения предложенного для выполнения упражнения.	

оценивать их эффективность и качество. ОК3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК6. Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями. ОК10. Развивать культуру межличностного общения, взаимодействия между людьми, устанавливать психологические контакты с учетом межкультурных и этнических различий. ОК11. Нести ответственность за организацию мероприятий и использование средств, предотвращающих воздействие вредных факторов в процессе труда, за технику безопасности. ОК.12 Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).		

Условия выполнения заданий

1. Время выполнения практического задания: 45 мин.

3. Требования охраны труда: инструктаж по технике безопасности

4. Оборудование: наличие спортивного зала; тренажерного зала, плоскостных сооружений.

Оборудование спортивного зала: мячи: волейбольные, баскетбольные, футбольные, мячи для метаний, скакалки, гимнастические маты, обручи. Технические средства обучения: компьютер, видеомагнитофон, музыкальный центр, секундомер.

5. Литература для экзаменующихся: Основы исследовательской деятельности: Уч. пос. / С.А. Петрова. - М.: Форум, 2010:;Нестеровский Д.П. Баскетбол: Теория и методика обучения Академия 2010; Жилкин Е.И. Легкая атлетика Академия, 2009

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.
Часть Б

1. Что такое здоровый образ жизни?
2. Техника безопасности на уроке физической культуры
3. Понятие физической культуры.
4. Постановка техники в ФК.
5. Содержание урока ФК.
6. Постановка тактики в ФК.
7. Виды и методы ФК.
8. Влияние ФК на организм человека.
9. Методика проведения урока ФК.
10. Факторы улучшающие физическое состояние занимающегося.
11. Утренняя гигиеническая гимнастика.
12. Питание до и после занятий физическими упражнениями.
13. Виды закаливания.
14. Витамины и микроэлементы.
15. Производственная гимнастика.
16. Значение ФК в обществе.
17. Понятие о системе физической культуры.
18. Цели и задачи ФК.
19. Первая помощь при травмах.
20. Гигиенические требования и средства восстановления.
21. Спортивная подготовка (цели, задачи).
22. Неурочные формы занятий физическими занятиями.
23. Использование «малых» форм физической культуры в режиме трудового дня
24. Характеристики физических упражнений.
25. Система физического воспитания студентов в России
26. Функции физической культуры.
27. Требования к обучающимся на занятиях по физической культуре.
28. Игры, забавы, физические упражнения на Руси.
29. Спартанская система физического воспитания.
30. Олимпийские виды спорта

31. Система физического воспитания студентов в России/
32. Возникновение государственных систем физического воспитания
33. Требования к организации учебных занятий по физической культуре.
34. Спартанская система физического воспитания.
35. Требования к организации учебных занятий по физической культуре.
36. Спартанская система физического воспитания.
37. Характеристика составных частей физической культуры: физическое воспитание, спорт, физическая рекреация, физическая реабилитация.
38. Олимпийские игры древности.
39. Афинская система физического воспитания.
40. Теории возникновения физических упражнений. Физические упражнения в первобытном обществе.
41. История возрождения олимпийских игр современности.
42. Студенческий спорт в России.
43. Система физического воспитания в древнем Риме.
44. Физическое воспитание в феодальном обществе (Европа). Назовите семь рыцарских добродетелей.
45. Документы, символика, ритуалы современных олимпийских игр.
46. Виды гимнастики, направленные на формирование телосложения.