



КАМЫШЛОВСКИЙ
ТЕХНИКУМ
ПРОМЫШЛЕННОСТИ И
ТРАНСПОРТА

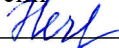
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
ГАПОУ СО «Камышловский техникум промышленности и транспорта»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (КОС)
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
*ОГСЭ.04 Физическая культура***

по программе подготовки специалистов среднего звена:
*13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и
электромеханического оборудования (по отраслям)*

Камышлов
2020

Контрольно-оценочные средства рассмотрены цикловой комиссией
Председатель предметно-цикловой комиссии

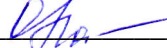

_____*Нечаева Е.Г.*
Протокол № 3
от « 10 » февраля 2020г

Контрольно-оценочные средства разработаны на основе рабочей программы, и в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности *по программе подготовки специалистов среднего звена:*

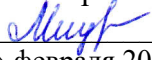
13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям)

Разработчик: Хуснуллин Валерий Рафитович руководитель физического воспитания, ГАПОУ СО «Камышловский техникум промышленности и транспорта»
Экспертиза контрольно-оценочных средств к рабочей программе учебной дисциплины ОГСЭ.04 *Физическая культура* пройдена.

Эксперт:
Ст.методист
ГАПОУ СО «Камышловский техникум промышленности и транспорта»


_____*Потанова О.А*
«14» февраля 2020 г.

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора по УПР ГАПОУ СО «Камышловский техникум промышленности и транспорта»


_____*С.П.Мицура*
«19» февраля 2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств	4
2.	Формы контроля и оценки освоения учебной дисциплины по темам (разделам)	5
3.	Контрольно-измерительные материалы для проведения текущего контроля	6
4.	Контрольно-измерительные материалы для промежуточной аттестации	9

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Область применения контрольно-оценочных материалов (далее – КОС)

КОС учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по программе подготовки специалистов среднего звена:

13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям)

КОС предназначены для оценки достижений запланированных результатов по учебной дисциплине в процессе текущего контроля и промежуточной аттестации.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности. ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие. ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами. ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей. ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	– 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.

1.3 Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

<i>Результаты обучения</i>		<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
	<p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <p>1. О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека</p> <p>2. Основы здорового образа жизни</p>	<p>Проявление интереса к занятиям физической культурой и спортом</p> <p>Знание основ здорового образа жизни;</p>	<p>Оценка результатов тестирования, физической подготовленности студентов по видам спорта.</p> <p>Оценка выполнения практического задания: комплексы дыхательной, коррекционной гимнастики.</p> <p>Фронтальная беседа, устный опрос, тестирования</p>
	<p><i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <p>У1. Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p>	<p>способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;</p>	<p>Выполнение практических задание, знание нормативов</p>
ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.		<p>Оформляет информацию в соответствии поставленным условием и форматом</p>	<p>Лист оценки сформированности компетенций</p>
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.		<p>Соблюдает порядок выполнения задания</p> <p>Выбирает необходимый набор заданий в соответствии с уровнем освоения</p>	

<p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p>	<p>Способность взаимодействовать с членами команды, для достижения общей цели. Активно взаимодействовал с преподавателем и студентами во время обучения</p>	
<p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.</p>	<p>Осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей</p>	
<p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p>	<p>Применяет средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности</p>	

2. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)

Результаты обучения (объекты оценивания)	Вид контроля	Названия тем/разделов	Приобретаемые знания и умения	Место/время оценивания	Форма контроля и оценивания
31. о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;	Текущая аттестация (КР№1)	Лёгкая атлетика	Бег на короткие дистанции	На занятии	Оценка за выполнение упражнения
			Бег на длинные дистанции		
			Прыжки в длину с разбега		
			Метание спортивного снаряда		
32. основы здорового образа жизни;	Текущая аттестация (КР№2)	Спортивная гимнастика	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине Упражнения на брусьях Опорный прыжок Акробатика	На занятии	Оценка за выполнение упражнения
У1. использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных	Текущая аттестация (КР№3)	Лыжная подготовка	Одновременные бесшажный, одношажный, двухшажный классический ход и попеременные лыжные ходы	На занятии	Оценка за выполнение упражнения
	Текущая аттестация (КР№4)	Спортивные игры	Волейбол Баскетбол Дартс	На занятии	Оценка за выполнение упражнения

целей	Текущая аттестация (КР№5)	Атлетическая гимнастика	Упражнения на развитие мышц ног Упражнения на развитие мышц плечевого пояса и рук Упражнения на развитие мышц груди Упражнения на развитие мышц спины Упражнения на развитие мышц брюшного пресса	На занятии	Оценка за выполнение упражнения
-------	---------------------------	-------------------------	---	------------	---------------------------------

3. КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Текущий контроль успеваемости студентов осуществляется по всем видам аудиторной и самостоятельной работы, предусмотренным рабочей программой учебной дисциплины.

Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем, ведущим аудиторские занятия.

Текущий контроль успеваемости проводится в следующих формах: - контрольные работы, тест, практическое выполнение

Текущий контроль и оценка элементов освоения учебной дисциплины (ОК,ПК знаний, умений) осуществляются с использованием форм, указанных в разделе 2.

Контрольно-оценочные материалы для текущего контроля элементов освоения учебной дисциплины (ОК, ПК, знаний, умений) находятся непосредственно у преподавателя.

4. КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Вид ПА: дифференцированный зачет

Форма проведения: *выполнение практического задания*

Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут

– Оборудование учебного кабинета: Спортивный зал, высокая перекладина, гимнастические маты, секундомер, рулетка.

Информационные источники:

1. Лях В. И. Физкультура. 10-11кл./ учебник.- М: Просвещение, 2019
2. Кузьмин В.А. Специфика и особенности занятий физической культуры со студентами различного уровня двигательной подготовки. Монография М.:ФОРУМ:, НИЦ : ИНФРА- М, 2018

Дополнительные источники:

1. Бишаева А. А. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента: учеб.пособие. —М., 2013.
2. Миронова Т. И. Реабилитация социально-психологического здоровья детско-молодежных групп. —Кострома, 2014
3. Тимонин А. И. Педагогическое обеспечение социальной работы с молодежью: учеб.пособие / под ред. Н. Ф. Басова. — 3-еизд. —М., 2013.
4. Евсеев Ю. И. Физическое воспитание. —Ростов н/Д, 2010.
5. Кабачков В. А. Полиевский С. А., Буров А. Э. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи: науч.-метод. пособие. —М., 2010.

Интернет-ресурсы:

www.minstm.gov.ru (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).

www.edu.ru (Федеральный портал «Российское образование»).

www.olympic.ru (Официальный сайт Олимпийского комитета России).

www.goup32441.narod.ru

Пакет материалов для проведения промежуточной аттестации:

- Журнал учебной группы
- Протокол диф.зачёта

Критерии оценки выполнения работ (лист оценивания см. Приложение)

28 – 25 оценка «5»

24 – 22 оценка «4»

21 – 20 оценка «3»

19 и менее оценка «2».

Для допуска к промежуточной аттестаций необходимо:

- иметь зачтенные промежуточные нормативы;

ЛИСТ ОЦЕНИВАНИЯ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Общие и профессиональные компетенции	Умения и знания	Проявления	Балл
ОК 3. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие..	У 3.1 анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части	соблюдать меры безопасности	0-2
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности..	У 2.1.определять этапы решения задачи;	Соблюдает порядок выполнения задания	0-2
	З 2.1 алгоритмы выполнения работ		
	З 2.2 методы работы	Использует необходимые оборудование и спортивный инвентарь.	0-2
	У 2.2 определить необходимые ресурсы;		
	З 2.3 порядок оценки результатов решения задач	Выбирает необходимый набор заданий в соответствие с уровнем освоения	0-2
31. основы здорового образа жизни 32. о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;.. У1. использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей мяча;		Подтягивание на высокой перекладине.	0-5
		Сгибание рук в упоре лёжа.	0-5
		Поднимание туловища из положения лёжа на спине.	0-5
		Прыжок в длину с места.	0-5
ИТОГО			0-28

- 0: критерий не проявился;
- 1: критерий проявился не в полной мере;
- 2: критерий проявился .

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Нормативы по физической культуре для обучающихся по программам СПО

Контрольное упражнение	Юноши			Девушки		
	3	4	5	3	4	5
Бег 100 М	15.5с	14.8с	14.4с	18.2с	17.2с	16.5с
Бег 300 М	56с	53с	49с	1.03мин	59с	56
Бег 400 М	1.06	1.03	1.00	1.22	1.17	1.13
Бег 1000 М	3м55с	3м40с	3м30с	5м40с	5м00с	4м40с
Прыжки в длину с разбега	190	210	220	160	170	185
Поднимание туловища из положения лёжа.	42	47	52	30	35	40
Сгибание рук в упоре лёжа	22	27	32	10	15	20