

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Р.ГАМЗАТОВА»
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ
КАФЕДРА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДИСЦИПЛИН



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Направление подготовки Оператор информационных систем и ресурсов
Квалификация: оператор информационных систем и ресурсов
Срок обучения по ОП: 10 месяцев
Форма обучения: очная
Образовательный стандарт (ФГОС) 11.11.2022 N 974

Автор(ы)-составитель(и): Сагитов К.Я

Программа утверждена на заседаниях:

Кафедры профессиональных дисциплин
(протокол № 6 от «21» января 2025г.)

Зав. кафедрой: Салманова Д.А., к.п.н., доцент  21.01. 2025 г.
(ФИО, ученое звание) (подпись) (дата)

Педагогического совета профессионально-педагогического
колледжа ДГПУ им.Р.Гамзатова
(протокол №2 от «25» февраля 2025 г.)

Председатель Магарамов Ш.А., к.и.н., доцент  25.02.2025г.
(ФИО, ученое звание) (подпись) (дата)

Учебно-методического совета ДГПУ им. Р.Гамзатова
(протокол № 4 от «15» 06 2025г.)

Председатель УМС: д.ф.н., профессор, Дибиров И.А.  15.06.2025г
(ФИО, ученое звание) (подпись) (дата)

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.....	2
2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА..	2
3. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ	6
4. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА...8	8
5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ	8
6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ.....	16
7. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	190

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) дисциплины междисциплинарного курса МДК. 01.03. Разработка мобильных приложений является частью программы подготовки специалистов среднего звена специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование.

ФОС позволяет оценить достижение, запланированных по междисциплинарному курсу, результатов обучения.

ФОС включают оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по междисциплинарному курсу.

Текущий контроль успеваемости осуществляется с целью регулярного наблюдения за ходом поэтапного освоения обучающимися междисциплинарного курса, оптимизации управления образовательной деятельностью обучающихся, своевременной корректировки персональных образовательных результатов обучающихся педагогическими средствами.

Текущему контролю успеваемости подлежат все обучающиеся, осваивающие междисциплинарный курс.

Текущий контроль проводится в пределах учебного времени, отведенного на изучение междисциплинарного курса традиционными и инновационными методами с использованием современных технологий.

Результаты текущего контроля успеваемости обучающихся в виде оценки в балльном выражении («5», «4», «3», «2») записываются в журнале учебных занятий.

Текущий контроль освоения обучающимися программного материала междисциплинарного курса может иметь следующие виды: оперативный и рубежный контроль.

Оперативный контроль проводится с целью объективной оценки качества освоения программы междисциплинарного курса, а также стимулирования учебной работы обучающихся, мониторинга результатов образовательной деятельности, подготовки к промежуточной аттестации и обеспечения максимальной эффективности учебно-воспитательного процесса.

Рубежный контроль является контрольной точкой и проводится с целью комплексной оценки уровня освоения программного материала.

Промежуточная аттестация по междисциплинарному курсу проводится с целью оценки уровня освоения теоретических знаний, умений, приобретенного практического опыта.

Формы и периодичность промежуточной аттестации по междисциплинарному курсу определяются учебным планом образовательной программы: экзамен в 5 и 6 семестрах.

Экзамен проводится непосредственно после завершения освоения междисциплинарного курса, в сроки, установленные календарным учебным графиком. Экзамен проводится в день, освобожденный от других форм учебной нагрузки.

Экзаменационные вопросы и задания составляются на основе рабочей программы междисциплинарного курса. Экзаменационные вопросы и задания должны соответствовать проверяемым результатам обучения и доводятся до сведения обучающихся в течение первых двух месяцев от начала обучения.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА

ПМ.01 Разработка модулей программного обеспечения для компьютерных систем направлен на формирование общих и профессиональных компетенций.

Освоение междисциплинарного курса должно способствовать формированию общих компетенций:

- ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;
- ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;
- ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;
- ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
- ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

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

Код умения	Название умения
ОК 04.	Умения: организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности
ОК 06.	Умения: описывать значимость своей профессии; применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК 07.	Умения: соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии; осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона.
ОК 08.	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.

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

Код знания	Название знания
ОК 04.	Знания: психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
ОК 06.	Знания: сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по профессии; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения
ОК 07.	Знания: правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения

	ресурсосбережения; принципы бережливого производства; основные направления изменения климатических условий региона.
ОК 08.	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; средства профилактики Перенапряжения

3. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ

Формы текущего контроля по междисциплинарному курсу:

- устный опрос (фронтальный, индивидуальный, комбинированный);
- тестирование (письменное или компьютерное);
- письменная проверка (ответы на вопросы, решение задач и примеров, составление тезисов, рефератов, выполнение схем, выполнение заданий для самостоятельной работы и др.);
- практическая проверка (при проведении практических и лабораторных занятий);
- самоконтроль и взаимопроверка.

Возможны и другие формы текущего контроля успеваемости, в том числе инновационные на основе информационно-коммуникационных технологий.

Преподаватель на одном учебном занятии может использовать одну или несколько форм текущего контроля.

Оценка практического курса дисциплины «Физическая культура» осуществляется с использованием следующих форм и методов контроля: тестирование, выполнение контрольных нормативов, защита комплекса упражнений, контрольные задания. Оценка практического курса дисциплины «Физическая культура» предусматривает использование накопительной системы оценивания:

- текущий контроль – оценки за месяц;
- промежуточный контроль – дифференцированный зачет.

Результаты освоения дисциплины, подлежащие проверке (текущая аттестация):

- оценка «отлично» - выставляется обучающемуся, если показаны результаты соответствующего норматива;
- оценка «хорошо» - выставляется обучающемуся, если показаны результаты соответствующего норматива;
- оценка «удовлетворительно» - выставляется обучающемуся, если показаны результаты соответствующего норматива;
- оценка «неудовлетворительно» - выставляется обучающемуся, не справившемуся с нормативами.

В результате усвоения учебной дисциплины обучающийся должен:

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;
- оздоровительные системы физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.

4. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

№	Наименование темы	ОК	Текущий контроль успеваемости	Промежуточная аттестация
1	2	4	5	6
1.	Основная гимнастика (обязательный вид)	ОК 1.4.8	Устный опрос индивидуальный опрос.	Зачет
2.	Спортивная гимнастика		Устный опрос индивидуальный опрос.	
3.	Акробатика		индивидуальный опрос	
4.	Аэробика	ОК 1.4.8		
5.	Атлетическая гимнастика	ОК 1.4.8	индивидуальный опрос	
6.	Футбол	ОК 1.4.8	индивидуальный опрос	
7.	Баскетбол		индивидуальный опрос	
8.	Волейбол		индивидуальный опрос	
9.	Бадминтон	ОК 1.4.8	Индивидуальный, групповой	
10.	Теннис		Индивидуальный, групповой	
11.	Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. Совершенствование техники высокого и низкого старта.	ОК 1-9	Индивидуальный, групповой	
12.	Совершенствование техники бега на 100 м Эстафетный бег 4X100 метров		Индивидуальный, групповой	
13.	Стойка и перемещение волейболиста. Совершенствование подачи мяча		Индивидуальный, групповой	

14.	Прием и передача мяча. Прием мяча после подачи. Отработка полученных навыков.		Индивидуальный, групповой
15.	Правила игры. СРУ на развитие скоростно- силовых качеств.	ОК 1.3, ОК 1.6	Индивидуальный, групповой
16.	Выполнение упражнений с ударами по катящемуся, летящему мячу средней частью подъема ноги, внутренней частью подъема ноги, носком.		Индивидуальный, групповой
17.	Выполнение упражнений с остановкой мяча ногой. Ведение мяча.		Индивидуальный, групповой
18.	Отработка тактических приемов в ходе игры.		Индивидуальный, групповой
19.	Правила игры настольный теннис. Совершенствование техники владения ракеткой		Индивидуальный, групповой
20.	Выполнение и прием Подач. Отработка полученных навыков в ходе игры	ОК 1-9	Индивидуальный, групповой
21.	Промежуточная аттестация по предмету		Устный опрос, тестирование

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ

СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

5.1. Типовые задания для оценки знаний и умений

Задание для устного опроса по темам

Тестовые вопросы

Тема 1. Физическая культура и спорт России.

1. Охарактеризуйте систему физического воспитания в Российской Федерации.
2. Перечислите основные средства и методы физического воспитания.
3. Дайте характеристику основным физическим качествам: сила, выносливость, гибкость, ловкость, быстрота.
4. Перечислите основные компоненты физической культуры: ценностные и деятельностные.
5. Дайте определение понятию «физическое совершенствование». Назовите основные критерии физического совершенствования.
6. Перечислите цифровые технологии в области физической культуры и спорта.
7. Назовите основные направления цифровой трансформации физической культуры и спорта РФ.
8. Назовите функции физической культуры. Какова роль спортивных студенческих клубов?
9. Назовите основные проекты АССК (Ассоциация спортивных студенческих клубов) России.
10. Какое значение имеет цифровизация для дальнейшего развития физической культуры и спорта?

Тестовые вопросы

Тестовые задания по физической культуре

- 1. Укажите высоту футбольных ворот**
 - A. 240 см
 - B. 244 см
 - C. 248 см
 - D. 250 см

- 2. С какого расстояния пробивается «пенальти» в футболе**
 - A. 9 м
 - B. 10 м
 - C. 11 м
 - D. 12 м

- 3. Какая страна считается Родиной игры в футбол?**
 - A. Бразилия
 - B. Италия
 - C. Германия
 - D. Англия

- 4. Когда была основана Международная федерация футбола (FIFA)?**
- A. 1888
 - B. 1900
 - C. 1904
 - D. 1908
- 5. Российский Олимпийский комитет был создан...?**
- A. 1908
 - B. 1911
 - C. 1912
 - D. 1916
- 6. В каком году был образован Международный Олимпийский комитет?**
- A. 1890
 - B. 1894
 - C. 1892
 - D. 1896
- 7. В каком году состоялись летние Олимпийские игры в нашей стране?**
- A. В 1976
 - B. В 1980
 - C. Пока еще не проводились
 - D. 1984
- 8. Волейбол как спортивная игра появилась в конце 19 века?**
- A. Канада
 - B. Россия
 - C. США
 - D. Германия
- 9. Сколько замен разрешено в волейболе в каждой партии и продолжении нескольких перерывов?**
- A. Максимум 3
 - B. Максимум 8
 - C. Максимум 6
 - D. Максимум 9
- 10. Укажите количество игроков волейбольной команды находящихся одновременно на площадке?**
- A. 6
 - B. 5
 - C. 7
 - D. 8
- 11. Кто из членов баскетбольной команды имеет право просить перерыв?**
- A. Любой игрок команды
 - B. Капитан команды
 - C. Тренер или помощник

D. Никто

12. Укажите количество игроков баскетбольной команды находящихся одновременно на площадке?
- A. 5
 - B. 4
 - C. 6
 - D. 7
13. Игра в баскетбол начинается с...?
- A. Со времени, указанного в расписание игр
 - B. С начала разминки
 - C. С приветствия команд
 - D. Спорным броском в центральном круге
14. Какая организация руководит современным Олимпийским движением?
- A. Организация объединенных наций
 - B. Международный совет физического воспитания и спорта
 - C. Международный олимпийский комитет
 - D. Международная олимпийская академия
15. В волейболе игрок, находящийся в 1-ой зоне, при «переходе» перемещается в зону ...?
- A. 2
 - B. 3
 - C. 5
 - D. 6

ВАРИАНТЫ ТЕСТА №1 И КЛЮЧИ К ВАРИАНТАМ ТЕСТА

Вариант № 1

1. Какой старт при беге на длинные дистанции по правилам соревнований?

а —низкий старт;

б —высокий старт;

в —вид старта по желанию бегуна

2. Каждой команде во время игры сколько предоставлено передач или ударов для возвращения мяча на сторону соперника (не считая касания на блоке) в волейболе?

а —2;

б —4;

в —3;

г —5.

3. Пять олимпийских колец символизируют:

а —пять принципов олимпийского движения;

б —основные цвета флагов стран-участниц Игр Олимпиады;
в —союз континентов и встречу спортсменов на Олимпийских играх;
г —повсеместное становление спорта на службу гармонического развития человека

4. Где прошла зимняя Олимпиада в 2014 году?

- а. Америка;
- б. Финляндия;
- в. Германия;
- г. Россия.

5. С чего начинается игра в баскетболе?

- а) со времени, указанного в расписании игр
- б) с начала разминки
- в) с приветствия команд
- г) спорным броском в центральном круге.

6. Где проводились древнегреческие Олимпийские игры:

- а —в Олимпии;
- б —в Спарте;
- в —в Афинах

7. Назовите размеры волейбольной площадки:

- а. 6м x 9м;
- б. 6м x 12м;
- в. 9м x 12м;
- г. 9м x18м.

8. С чего начинается бег на средние и длинные дистанции?

- а) с низкого старта;
- в) с хода;
- б) с высокого старта;
- г) с опорой на одну руку.

9. В чём заключаются основные меры предупреждения травматизма при самостоятельных занятиях физической культурой?

- а) В соблюдении правил поведения на спортивных сооружениях и подборе нагрузки, соответствующей функциональному состоянию;
- б) в подборе физической нагрузки с учётом общего состояния организма и в периодической смене деятельности;
- в) в чётком контроле над длительностью занятий и физической нагрузкой.

10. Что является древнейшей формой организации физической культуры?

- а) игры
- б) единоборство
- в) бег
- г) соревнования на колесницах

11. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) предполагает:
- а — физическую и интеллектуальную активность;
 - б — регулярное обращение к врачу;
 - в — упорядоченный режим труда и отдыха, отказ от вредных привычек;
 - г — рациональное питание и закаливание.
12. Что в легкой атлетике делают с ядром?
- а) толкают
 - б) бросают
 - в) метают
 - г) запускают
13. Из каких фаз состоит бег на короткие дистанции?
- а) старт; Стартовый разбег; Бег по дистанции; Финиширование.
 - б) стартовый разбег, бег по дистанции, финишный рывок;
 - в) набор скорости, финиш;
 - г) старт, разгон, финиширование;
14. Действующий президент МОК:
- а. Томас Бах
 - б. Маркиз Хуан Антонио Самаранч;
 - в. Граф Жак Роже;
 - г. Барон Пьер де Кубертен
15. В каком году был создан Российский Олимпийский Комитет?
- а) 1908 году
 - б) 1911 году
 - в) 1912 году
 - г) 1916 году
16. Здоровый образ жизни—это способ жизнедеятельности, направленный на...
- а. сохранение и улучшение здоровья людей;
 - б. развитие физических качеств людей;
 - в. подготовку к профессиональной деятельности;
 - г. поддержание высокой работоспособности людей.
17. Один из способов прыжка в длину в легкой атлетике обозначается как прыжок:
- а -«с разбега»;
 - б -«перешагиванием»;
 - в -«перекатом»;
 - г -«ножницами».
18. Какую награду получал победитель на Олимпийских играх в Древней Греции?
- а) лавровый венок
 - б) венок из ветвей оливкового дерева;
 - в) медаль, кубок и денежное вознаграждение.

г) звание почётного гражданина;

19. Какого вида прыжков в длину с разбега не существует?

- а) согнув ноги;
- в) согнувшись;
- б) прогнувшись;
- г) ножницы.

Вариант № 2

1. Какая страна является Родиной Олимпийских игр:

- а — Греция;
- б — Китай;
- в — Рим;
- г — Египет

2. Наша знаменитая российская прыгунья в высоту с шестом?

- А) Анфиса Чехова
- Б) Елена Исинбаева
- В) Ольга Бузова

3. Где и когда впервые в нашей стране состоялись Олимпийские игры?

- а) планировались в 1944 году, но были отменены из-за 2 мировой войны
- б) в 1976 году в Сочи
- в) в 1980 году в Москве
- г) пока еще не проводились

4. Какие виды не включает в себя лёгкая атлетика?

- а) ходьбу и бег;
- в) многоборье.
- б) прыжки и метания;
- г) опорные прыжки;

5. Назовите основные физические качества человека:

- а. быстрота, сила, смелость, гибкость;
- б. быстрота, сила, ловкость, гибкость, выносливость;
- в. быстрота, сила, смелость, аккуратность, гибкость;
- г. быстрота, сила, ловкость, гибкость, внимательность.

6. Какую обувь используют спортсмены –бегуны?

- А) кроссовки
- Б) шиповки
- В) кеды

7. Что такое кросс?

- а) бег с ускорением
- б) бег по искусственной дорожке стадиона
- в) бег по пересеченной местности

г) разбег перед прыжком

8. Какой подготовки к финальному усилию перед метанием не существует?

- а) предварительного вращения;
- в) скачка;
- б) разбега;
- г) прыжка.

9. Сколько игроков баскетбольной команды может одновременно находиться на площадке.

- а) 5
- б) 6
- в) 7
- г) 4

10. Что запрещено делать во время бега на короткие дистанции?

- а) Оглядываться назад;
- б) задерживать дыхание;
- в) переходить на соседнюю дорожку.

11. Что является одним из основных физических качеств?

- а) внимание
- б) работоспособность
- в) сила
- г) здоровье

12. Правила баскетбола при ничейном счете в основное время предусматривают дополнительный период продолжительностью:

- а —3 минуты;
- б —7 минут;
- в —5 минут;
- г —10 минут.

13. Вид деятельности, являющийся предметом соперничества и исторически оформившийся как способ выявления и сравнения человеческих возможностей, принято называть:

- а —гимнастикой;
- б —соревнованием;
- в —видом спорта.

14. Что необходимо делать по правилам соревнований, если при метании снаряд (мяч, граната, копье) вышел за пределы сектора?

- а) разрешается дополнительный бросок;
- б) результат засчитывается;
- в) попытка засчитывается, а результат нет;
- г) спортсмен снимается с соревнований.

15. Какими показателями характеризуется физическое развитие:

- а —антропометрическими показателями;
- б —росто-весовыми показателями, физической подготовленностью;
- в —телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья

16. Что в легкой атлетике делают с ядром?

- а) метают
- б) бросают
- в) толкают
- г) запускают

17. Назовите имя представителя России – первого Олимпийского чемпиона игр современности...

- а. В. Алексеев;
- б. В. Иванов;
- в. н.Орлов;
- г. Н. Панин-Коломенкин.

18. По команде «кругом» выполняется следующая последовательность действий:

- а. осуществляется поворот в сторону правой руки на правой пятке, левом носке на 180 и приставляют левую ногу к правой;
- б. осуществляется поворот в сторону левой руки на левой пятке, правом носке на 180 и приставляют правую ногу к левой;
- в. ожидается команда «марш»;
- г. поворот осуществляется в произвольном направлении.

19. Первое участие спортсменов из СССР на Олимпийских играх?

- А) 1952
- Б) 1956
- В) 1960

КЛЮЧИ К ТЕСТУ № 1

Вариант 1 Вариант 2

Номер задания Ответы Номер задания Ответы

- 1 Б 1 В
- 2 В 2 Б
- 3 В 3 В
- 4 Г 4 Б
- 5 Г 5 А
- 6 А 6 В
- 7 Г 7 В
- 8 Б 8 А
- 9 В 9 А
- 10 Г 10 В
- 11 В 11 В
- 12 В 12 В
- 13 Г 13 Б
- 14 Г 14 В

15 Г 15 А

16 Б 16 В

17 Г 17 Г

18 Б 18 Б

19 Б 19 А

Оценка _____

Преподаватель _____ ФИО

**6.ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОМУ КУРСУ
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Вопросы к зачёту

1. Базовые понятие физической культуры: основные компоненты.
2. Гуманитарная значимость физической культуры.
3. Задачи, средства и методы ЛФК при заболеваниях: органов пищеварения, органов дыхания.
4. Задачи, средства и методы ЛФК при заболеваниях: сердечно-сосудистой системы и т.д.
5. Контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом, оценка состояния сердечно-сосудистой системы.
6. Контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом, оценка состояния дыхательной системы.
7. Контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом, оценка состояния нервной системы.
8. Методические принципы и методы физического воспитания.
9. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
10. Основы социологии физической культуры и спорта.
11. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических специальностей.
12. Профилактика травматизма, острые патологические состояния и оказание первой доврачебной помощи.

13. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной, средства физической культуры в регулировании работоспособности.
14. Роль спорта в формировании общественного поведения молодежи.
15. Содержание физического воспитания студенческой молодежи (мотивационно – ценностные компоненты физической культуры).
16. Социально-биологические основы физической культуры.
17. Уровень здоровья людей в современных условиях: основные компоненты.
18. Физическая культура и спорт в решении социологических проблем.
19. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов.
20. Физическая культура и стресс.
21. Физическая культура работников умственного труда.
22. Физические качества, методы и средства их воспитания, контроль уровня развития: выносливость.
23. Физические качества, методы и средства их воспитания, контроль уровня развития: сила.
24. Физические качества, методы и средства их воспитания, контроль уровня развития: гибкость.
25. Физические качества, методы и средства их воспитания, контроль уровня развития: ловкость.
26. Физические качества, методы и средства их воспитания, контроль уровня развития: быстрота.
27. Физические качества, методы и средства их воспитания, контроль уровня развития.
28. Физическое воспитание в различных возрастных периодах: новорожденного и грудного возраста.
29. Физическое воспитание в различных возрастных периодах: дошкольного и школьного возраста.
30. Физическое воспитание в различных возрастных периодах: младшего школьного и старшего школьного возраста.
31. Физическое воспитание в различных возрастных периодах: юношеского и зрелого возраста.

32. Физическое воспитание в различных возрастных периодах: пожилого и старческого возраста.

33. Формирование личности под воздействием занятиями физической культуры и спортом в период: младшего школьного и старшего школьного возраста.

34. Формирование личности под воздействием занятиями физической культуры и спортом в период: юношеского и зрелого возраста.

35. Характеристика профессиональной деятельности и задачи профессионально-прикладной физической подготовке (ППФП).

Критерии оценки зачета

Оценка «зачтено» выставляется обучающемуся, если он посещал занятия, усвоил программный материал курса, стал контрольные нормативы, понимает роль физической культуры в профессиональной деятельности, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с вопросами, использует на практике знания о здоровом образе жизни.

Оценка «незачтено» выставляется обучающемуся, который посетил мало занятий, не сдал контрольные нормативы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями отвечает на дополнительные вопросы

.

7.ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Основные печатные и электронные издания:

1. Конеева, Е.В. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2021. Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт].

2. Муллер, А.Б. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Юрайт, 2021.

Дополнительные источники:

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1.

2. Быченков, С. В. Физическая культура : учебное пособие для СПО / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 122 с. — ISBN 978-5-4486-0374-7, 978-5-4488-0195-2. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/77006>

3. Морозов, О. В. Физическая культура и здоровый образ жизни: учебное пособие / О. В. Морозов, В. О. Морозов. - 4-е изд., стер. - Москва: ФЛИНТА, 2020. - 214 с. - ISBN 978-5-9765-2443- 9.

4. Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю.С.

Филиппова. — Москва: ИНФРА-М, 2022. — 197 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015948-5. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1815141>

Перечень интернет-ресурсов:

1. Единая коллекции цифровых образовательных ресурсов: [сайт] - URL: <http://www.schoolcollection.edu.ru>

2. Общедоступная мультязычная универсальная интернет-энциклопедия: [сайт] - URL: Режим доступа: <http://www.wikipedia.org>(дата обращения: 05.05.2023). – Текст : электронный.

3. Федеральный портал "Российское образование": [сайт]-URL: <http://www.edu.ru>

4. Научная электронная библиотека (НЭБ) : [сайт]-URL: <http://www.elibrary.ru>

5. КиберЛенинка : [сайт]-URL: <http://cyberleninka.ru>

6. Словари и энциклопедии : [сайт]-URL: <http://dic.academic.ru>