

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Комин Андрей Эдуардович
Должность: ректор
Дата подписания: 19.03.2024 16:32:19
Уникальный программный ключ:
f6c6d686f0c899fdf76a1ed8b448452ab8cac6fb1af6547b6d40cdf1bd600ae2

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПРИМОРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ»

ПРИНЯТО
на заседании Учёного совета
ФГБОУ ВО Приморский ГАТУ
от 25.12.2023 г.
протокол №5

УТВЕРЖДАЮ
Ректор ФГБОУ ВО Приморский ГАТУ
_____ А.Э. Комин
«25» декабря 2023 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
(МОДУЛЯ)
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

по специальности среднего профессионального образования
36.02.03 – Зоотехния
форма обучения – очная
СОО.01.12

Уссурийск 2023

ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

• Личностных:

- российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

- готовность к служению Отечеству, его защите;

- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь.

• Метапредметных:

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

- владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

• Предметных:

- 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);

- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

КОНТРОЛИРУЕМЫЕ РАЗДЕЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Контролируемые разделы дисциплины	Оценочные средства
Раздел 1. Физическая культура и формирование жизненно важных умений и навыков	Тестовые и практические задания по разделу 1. Контрольные нормативы
Раздел 2. Формирование навыков здорового образа жизни средствами культуры.	Тестовые и практические задания по разделу 2. Контрольные нормативы

КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Содержание вопроса	Правильный ответ	Время выполнения задания, мин
Задания закрытого типа с указанием одного варианта ответа		
<p>Выберите правильный ответ Процесс обучения двигательному действию рекомендуется начинать с освоения...</p> <p>А) исходного положения Б) подводящих упражнений В) главного звена техники Г) основы техники</p>	Г	2
<p>Выберите правильный ответ Что является основным средством физического воспитания?</p> <p>А) естественные свойства природы Б) физическое упражнение В) соревновательная деятельность Г) санитарно-гигиенические факторы</p>	Б	2
<p>Выберите правильный ответ Для получения зачёта по физической культуре регулярность посещения занятий является обязательным условием?</p> <p>А) да Б) нет В) по желанию преподавателя Г) по возможностям</p>	А	2
<p>Выберите правильный ответ Реализация цели физического воспитания осуществляется через решение:</p> <p>А) оздоровительных, образовательных и воспитательных задач Б) просветительских задач В) психологических и философских задач Г) задач экономического развития</p>	А	2
<p>Выберите правильный ответ Смысл физической культуры как компонента культуры общества заключается в...</p> <p>А) укреплении здоровья и воспитании физических качеств людей Б) обучении двигательным действиям и повышении работоспособности В) создании специфических духовных ценностей Г) совершенствовании природных, физических свойств людей</p>	А	2
<p>Выберите правильный ответ Какая адаптация предполагает повышение уровня психической и</p>		

интеллектуальной готовности студентов к вузовской специфике обучения? А) профессиональная адаптация Б) социально-психологическая адаптация В) дидактическая адаптация Г) все перечисленные виды адаптации	Г	2
Выберите правильный ответ От чего зависит гибкость? А) от подвижности мышц и связок Б) от размера ноги В) от массы тела Г) от выносливости	А	2
Выберите правильный ответ Каким способом можно увеличить гибкость перед выполнением упражнения? А) предварительной разминкой Б) кроссовой подготовкой В) принятием пищи перед тренировкой Г) упражнениями со штангой	А	2
Выберите правильный ответ Элементарная единица живой материи: а) ядро б) ткань в) клетка г) орган	А	2
<i>Задания открытого типа с указанием правильного варианта ответа</i>		
Вставьте пропущенное слово Временное снижение работоспособности принято называть	утомление	2
Вставьте пропущенное слово Приспособление организма к изменившимся условиям существования называется	адаптация	2
Вставьте пропущенное слово Реакции, совершающиеся в бескислородной среде называются ...	анаэробными	2
Вставьте пропущенные слова Количество воздуха, которое индивидуум способен выдохнуть после максимально глубокого вдоха называется.....	жизненная емкость легких	2
Вставьте пропущенное слово Положение занимающихся на согнутых ногах называется . .	присед	2
Вставьте пропущенное слово Состояние устойчивого положения тела в пространстве называется . .	равновесием	2
Вставьте пропущенное слово Способность контролировать свои эмоции, мысли и поведение – это	самоконтроль	2
Вставьте пропущенное слово	канат	2

Спортивный снаряд для перетягивания называется.....		
Вставьте пропущенное слово. «Передача мяча в игре называется...»	пас	2
<i>Задания открытого типа с указанием развернутого варианта ответа</i>		
Дайте определение термина «физическая культура».	Физическая культура – часть общей культуры, направленная на укрепление и сохранение здоровья	6
Охарактеризуйте, в чём проявляется утомление при умственной работе	Умственное утомление проявляется в ослаблении внимания, вялости, сонливости.	6
Перечислите факторы, разрушающие здоровье.	Недостаточно подвижный образ жизни, нерегулярный сон, неправильное питание, ежедневные стрессы, вредные привычки (табакокурение, наркомания и употребление алкоголя).	6
Укажите, какое влияние на организм оказывает малоподвижный образ жизни	Малоподвижность ухудшает здоровье и увеличивает риск преждевременной смерти, способствует возникновению заболеваний, снижает работоспособность, приводит к возникновению избыточного веса, бессоннице и эмоциональной лабильности.	6
Сформулируйте, что такое выносливость	Способность человека выполнять работу в течение длительного времени без заметного снижения работоспособности.	6
Перечислите основные физические качества	Ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость	6
Сформулируйте что такое врачебный контроль	Контроль в процессе физического воспитания направлен на изучение состояния здоровья, физического развития, физической (функциональной) подготовленности занимающихся и влияния на систему организма человека посредством физических упражнений	6
Объясните, какие виды спорта называют прикладными	Те виды, которые развивают, формируют профессионально-прикладные знания	6
Сформулируйте что такое физическое совершенство	Процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень развития индивидуальных физических способностей.	6

Сформулируйте что такое дееспособность	Способность человека не только выполнять определенные действия и деятельность, но и нести за них ответственность	6
Сформулируйте что такое сила	Способность человека преодолевать внешнее сопротивление посредством мышечных напряжений	6
Сформулируйте что такое рекреация	Отдых, необходимый для восстановления сил после трудовой деятельности	6

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

Критерии оценки тестового задания формируются следующим образом:

при проверке заданий закрытого типа с указанием одного варианта ответа выставляется **1 балл** за правильный ответ

при проверке заданий открытого типа с указанием правильного варианта ответа выставляется **2 балла** за правильный ответ; **0 баллов** за неверный ответ

при проверке задания открытого типа с указанием развернутого варианта ответа выставляется **3 балла** за правильный ответ; **2 балла** за правильный ответ с незначительными недочетами; **1 балл** за ответ, имеющий существенные недостатки, но при дополнении ответ может стать правильным; **0 баллов** за полностью неверный ответ

оценка «отлично» выставляется студенту, если набрано 100%-93% баллов;

оценка «хорошо» - 92%-73% баллов

оценка «удовлетворительно» - 72%-56% баллов

оценка «неудовлетворительно» - менее 55% баллов